

སྒྲ་འཛོམས་ཚུལ་རིག་ཆེད་དབ་འདོན་ཐངས་དང་པོ།

དེ་ཅི་ཆེ།

མདོ་ཁམས་དབྱི་ཤོད་རི་བོ་ཆེ་ཚུལ་སྒྲིག་པས་བསྒྲིགས།

སྒྲ་འཛོམས་ཚུལ་རིག་ཆེད་དེས་འདོན་ཟེངས་དང་པོ།



མདོ་ཁམས་དབྱི་ཤོད་རི་བོ་ཆེ་ཚུལ་སྒྲིག་པས་བསྒྲིགས།

༡༠༡༤



## ཚུམ་སྤྲིག་པའི་གཏམ།

མི་རིགས་ཤིག་གི་རྒྱུ་ཡིག་འཆི་གསོན་གྱི་མཐའ་ལ་སླེབས་པའི་རྒྱབས་འདིར། གང་དེ་ཡུན་རིང་དུ་འཛོལ་གནས་བྱ་  
བ་ལ་མི་རིགས་རང་ལ་མངའ་བའི་ཐུན་མེན་རིག་གནས་ཁག་དང་། ཡ་རབས་གོམས་གཤིས་སོགས་ཀྱི་སྲོལ་རྒྱུན་མེས་  
པོ་དམ་པ་རྣམས་ནས་ད་ལྟའི་བར་ལག་བརྟུང་བྱུང་ཡོད་པ་གང་དག་བརྟུང་འཛིན་དང་ཡུན་གནས་ཡོང་ཐབས་བྱ་  
དགོས་པ་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྲག་རྒྱ་བབས་པའི་འོས་འགན་ཞིག་ཡིན་གཤིས། རང་རིགས་ལ་ལྷག་བསམ་དང་ཤ་ཞེན་ཁ་  
བཤད་ཚུམ་གྱིས་ཅི་ཡང་ཚོ་མི་ཐོགས་པ་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་ན། སྤྱི་ཆེན་རྣམ་པས་དུས་རྟག་རྟ་མི་རེ་ངོ་རེར་འགན་འཁུལ་ཡོད་པའི་བཀའ་སློབ་ལམ་  
སྟོན་གལ་ཆེན་པོ་བས་དང་པོ་བས་སྤྱི་ལྟར། ད་ལམ་ངེད་ཅག་གིས་འདི་ནས་«རི་བོ་ཆེ།»ཞེས་པའི་སྣ་འཛོམས་ཚུམ་  
དེབ་འདི་ཉིད་འདོན་སྤེལ་བྱེད་དོན་ཡང་། ཆར་པ་རྒྱ་གྲོགས་ཀྱི་དཔེ་ལྟར་ངེད་ཅག་རི་བོ་ཆེ་པའི་ངོས་ནས། རང་རེའི་  
རྒྱུ་ཡིག་རིག་གནས་སོགས་ལ་འཆི་གསོས་སྤྲོན་གྱི་ཆ་ཤས་གཅིག་ལས་མ་བྱུང་ནའང་། དེས་པར་བསྐྱབ་དགོས་པའི་  
ཆོད་སེམས་ཤིག་གིས་ད་རྒྱབས་དེབ་འདི་འདྲ་ཞིག་འདོན་སྤེལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ། དེབ་འདི་ནི་གཙོ་བོ་མདོ་ཁམས་  
དབྱི་ཤོད་རི་བོ་ཆེའི་དགོན་པ་དང་གནས་རི། སུལ་བྱུང་ཡུལ་མིའི་གོམས་སྲོལ་རྣམས་འབྲི་སྤེལ་བྱ་སའི་སྟེགས་བུར་  
དམིགས་པ་གཞིར་བྱས། དེ་མིན་གྱི་རྒྱུང་གཏམ་དང་། དབྱུང་ཚུམ། ལྟན་ཚུམ། རོ་སྟོན་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འང་དམིགས་  
པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། གོང་ཁོད་དེ་དག་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས། ད་ལམ་དེབ་འདི་མེད་པ་ནས་ཡོད་པའི་ལམ་དུ་ཆས་པ་  
ཡིན་མོད། རྒྱུ་པ་པོ་རྣམ་པའི་ཐུགས་པན་གསོས་མིན་ནི། གཙོ་བོ་ནང་འཁོད་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་ཁག་ལ་རག་ལས་པ་  
ཡིན་ནའང་། དེབ་འདིའི་ཕྱི་ནང་གི་འཆར་འགོད་སོགས་ནོར་འཁྲལ་ཅི་ཡོད་ལ་ཡོ་བསྐྱང་རེ་ཡོང་བའི་སྟོན་འདུན་  
བཅས། མདོ་ཁམས་རི་བོ་ཆེ་ཚུམ་སྤྲིག་པས།

# དཀར་ཆག

ངོས་སྒྲིབ།

ཚུལ་སྒྲིག་པའི་གཏམ།

བརྒྱུ་མཁས་ཆོས།

ཕྱི་ཚན།

ཚུལ་པ་པོ།

ཤོག་གྲངས།

## ལོ་རྒྱུས་དབྱི་རྒྱུ་ལྷན་བཟང་།

དབྱི་ཤོད་རི་པོ་ཆེའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུན།	ཚུལ་སྒྲིག་པ།	1
དེབ་ཐེར་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲིབ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཚན་བཞོད།	རྩིས་འཇམ་དབུ་ལྷན་འཇོག་པ།	6
གཏེར་ཆེན་མཆོག་གྲུར་བདེ་ཆེན་གྲིང་པའི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྟུན།	འཇམ་མགོན་ཆོས་ཀྱི་མཐའ་ཡས།	13
འབྲུ་གྲོ་ལྷ་རྩེ་བསོད་ནམས་ཉི་མ།	ཤོག་པ།	19
མཁའ་འགྲོ་དབྱངས་དགའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུན།	ཚུལ་སྒྲིག་པ།	21

## སྟན་ཚུལ་བྱང་དཀར་རང་སྒྲུ།

དབྱི་ཤོད་ལྷན་པར་སྤུལ་བའི་ཁ་བཏགས།	ཤོག་པ།	23
ངོས་མེད་ཆོས་བརྒྱུད་ལ་བསྟུན་པ།	མཁའ་པོ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན།	26
འཇམ་དབྱངས་མི་པམ་ཆོས་རྩེར་སྤུལ་བའི་བསྟོད་ཆོག།	ཤོག་རྣམ་སངས།	27
གསེར་གྱི་ཉི་མ།	བྱང་འགྲོ།	29
སྒྲོམ་ཆེན་རི་ལས་བབས་པ།	མགོན་ཆང་དར་རྒྱས།	30
རྩི་པོ་གཟེ་རྒྱལ་གྱི་གནས་ཀྱི་རྟོགས་པ་བརྟེན་པ།	ཕན་ལུལ་འཆི་མེད་དབང་འཁུས།	32
སོ་སོའི་སྤྱི་པོའི་ལྷན་བསྟུན།	འཆམ་ར་བྱི་མེད་རྒྱལ་མཚན།	38
སེམས་སྒྲུ།	རྩི་ལྷན།	40
སྤྱི་ཐག་སྒྲུ་པོ།	དབྱིད་སྒྲུག།	41
སྤྱི་ཐག་བསྟུན་རྒྱ་ཡན་གྱིས་དེད་པའི་ཆོར་བ།	ཆབ་རྒྱལ་སྤྱི།	42
སྤྱི་ཐག་པའི་ཆོར་རིས།	སྤྱི་སྤྱི་གངས་ལྷ་འཇམ་གྲོལ།	44
འཇོམས་པ་ཡག་མོ།	དབུ་ལྷན།	45
ཁེར་ལབ་སེམས་ཀྱི་རི་མོ།	ཁྲག་མདུལ།	46

ཁྱེད་ལས་འདང་ཆེན་སུ་ཡང་མེད།	དེའུ་མིག	47
དབྱངས་ཅན་མའི་ལང་ཚོ།	ཆབ་གངས་དགལ།	49
ཀ་ཕྱེང་བྱིས་པའི་ཅེད་འཛོ།	བསྟན་འཛིན་ཉི་མ།	50
དུས་ཀྱི་རྒྱང་བ།	སྟོབས་ལྡན་ཆེ་རིང་།	52
ཁ་པར་གྱི་དེ་ཉིད།	གྲང་མོར་རིག་སྒྲུག་པས།	54
ཉི་མ་ལ་ཡའི་དབྱ་འཕང་མཐོ་བར་ཤོག།	ཆབ་བྲག་པོ་ཉ།	55
བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ།	ཁམས་སྟོན་ཉེ་རུ་ཀ།	56
སྟོན་བཟང་མའི་ཁ་དོག།	རུ་བྱར།	57
འོད་གསལ་གྱི་ཐིག་ལེ།	མང་སྐར་མདལ།	59
དེ་དགོང་ང་ཡི་སེམས་པས་འདི་སྐད་བྱ།	འདི་བ་བསམ་འགྲུབ།	60
སྟོག་སྟོན་འོག་གི་པལ་བ།	ཁམས་སྟོངས་སད།	61
ཁྱེད་ཁོ་ནས། འར་བཀོད་གསུམ།	བཅན་མི།	62
བསམ་གཞིག་སྟོག་འཁྱར་མ།	ཨ་ཐོ་བསྟན་པ།	63
མཚན་མོ་འདིར་ངེད་ཚོ་ལ་འོས་འགན་ཡོད།	སྐྱ་སྐས་གངས་བུ་འཛུམ་གྲོལ།	64
མི་ཆེད་སྟོས་གར།	སེའུ།	65
མཚན་གྲང་།	སྟེལ་རུས་རྒྱང་།	67

### འབོད་སྐལ་ཐོ་རེངས་སྐར་ཆེན།

བྱ་རྒྱ་དང་ཅིས་འཕུལ་འགོག་ཐུབ་ན་དགེ་མཚན་ཆེ་བར་བཤད་པ།	ཨོ་རྒྱན་ཉི་མ།	69
དར་དཀར་ཡུག་གཅིག།	ཆེ་དབང་སྐལ་བཟང་།	74

### དབྱང་ཚོམ་བདེན་པའི་རང་སྤྱ།

སྟོག་སྟེང་འབྲེལ་ནས་སྟོག་ཆགས་ལ་བཟུང་བའི་གནས་བབ་སྤང་བ།	ཚུལ་ཁྲིམས་འོར་བ།	77
བྱ་ཆེག་སྟོར་ལ་དབྱང་པ་སྤྱ་རེངས་དང་པོའི་སྤང་བ།	གངས་ཚུ་ཐིགས།	84

### བཅམས་སྤང་ན་བའི་བྱ་རམ།

ཡེ་ཤེས་སྟོལ་མ།	དུང་རུ་ཆེ་དབང་།	89
ཤེས་རབ་ཉི་མ་དང་དཔེ་སྟོག།	འོད་དཀར་ཅན།	92

### རོ་སྟོད་ཀྱན་གསལ་མེ་ཁོང་།

གནས་ཆེན་རོ་བོ་གཟེ་རྒྱལ་གྱི་རོ་སྟོད།	ཚོམ་སྟོག་པ།	105
གསོལ་མཐུད་བཟླ་ཤིས་ལྷ་ལུང།	ཚོམ་སྟོག་པ།	107

## དབྱི་ཤོད་རི་བོ་ཆེའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྟུན།

ཙོམ་སྒྲིག་པ།

གངས་ཅན་བོད་ཆེན་པོའི་ལྗོངས་འདིར། ལྷོད་མངའ་རིས་སྐོར་གསུམ། བར་དབྱས་གཙང་རུ་བཞི། སྤང་མདོ་ཁམས་སྤང་རྒྱལ་ཉེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའི་ཕྱི་མ། མདོ་ཁམས་སྤང་རྒྱལ་གི་ནང་ཆོན་དབུལ་སྤྲེལ་མོ་སྤང་། བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་ལས་མདོ་སྤང་མི་ཡི་ཆོལ་ཁ། ཤོད་ཆེན་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་གསེས་ལས་དབྱི་ཤོད་ཅེས་སུ་འབོད།

གཅིག་ཀྱི་ཡུལ་ལྗོངས་སྤྱིའི་བཀོད་པ། ལྷོ་རྒྱུད་ནས་རྒྱལ་མོ་དབུལ་ཆུའི་ཆུ་ཁྲུང་དལ་གྱིས་འབབ་པ། དུང་ཤར་རྒྱུད་ནས་སྤྱི་ཆུའམ་རོམ་ཆུ་རྒྱུད་དང་བསྐོས་ནས་ཆབ་མདོར་འབབ་པ། དབྱས་ནས་དབྱི་ཆུའམ་འདྲི་ཆུ་དང་། མདུན་ཕྱོགས་ནས་སྤྱི་ཆུ་འབབ་པ་གཉིས་བསྐོས་ཏེ་བྲག་ཡབ་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་ཅིང་ཆུ་ཆེན་དེ་དག་གི་ཁྲུང་ཤོད་སྤང་ལྗོངས་ཡངས་པའི་དབྱས་སུ། ལྷན་བོའི་རྒྱལ་པོ་རི་བོ་ཆེ་ཞེས་བདེ་མཆོག་ཙུང་རྒྱུད་ནས་བཤད་པའི་ཡུལ་ཉི་ཤུ་ཙུང་བཞིའི་ནང་ཆོན་དུ་ལི་མ་ལར་དང་། དཔལ་འཁོར་ལོ་བདེ་མཆོག་གི་གནས་སུ་གྲགས་ལ། བསྐོར་བ་གཅིག་བརྒྱབ་ན་མ་ཉི་དུང་ལྷུར་བརྒྱབ་ཏོན་པའི་ཕན་ཡོན་དང་མཉམ་པར་བཤད། གནས་དེའི་རུབ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྐོར་ལས་དུ་བཙོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཞབས་རྒྱུ་དུ་ལྷ་ཡང་དངོས་སུ་མཇུག་དུ་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་སྤྲུག་ཤམ་བསམ་གཏན་སྤིང་པས་ས་འོག་ནས་གཏོར་དུ་སྤངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མངའ། རྩམ་གྲ་ལྷའི་སྐུ་རང་བྱོན། གནས་ཆེན་ཁ་བ་དཀར་པོའི་བཞུགས་གནས། ཆུ་མིག་དཀར་མོ། མཁའ་འགྲོའི་བོ་ར་ཉེ་གནས་དང་། ལྷས་ཆུ་མང་པོ་ཡོད། ཤར་ཕྱོགས་སུ་ཆོ་དཔག་མེད་ཀྱི་གནས་རི་སྒྲོམ་ནེ་ཤར་གྱི་བྲག་དཀར་ཞེས་རི་ཆེའི་བྲག་རོམ་སུ་ཨ་ཡིག་རང་བྱོན་གངས་མེད་དང་། རི་སྐད་ལ་སྤངས་དང་། ཤུག་པ་ཐང་ཤིང་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་དེར་གནས་སུ་གསར་རྟིང་གཉིས་ཡོད། གནས་སུ་གསར་རྟིང་པའི་ནང་དུ་གུ་རུའི་གཟིམས་ཁྲི་དང་། རྩམ་མོ་ལི་བརྟུང་ན་དུང་སྐད་ལྷར་གྲགས་པ། རང་བྱང་གི་ཆོ་བུམ། ཆོ་དཔག་མེད་དང་སྤྲུག་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐུ་སོགས་རང་བྱང་གི་ཉེན་ཤིན་ཏུ་མང་། མཁས་གྲུབ་ཀྱི་ཆོས་མེད་དང་། གནས་ཆོས་མི་འཇུག་རྩི་རྩི། གཏེར་སྟོན་བདུད་འདུལ་རྩི་རྩི་བཅས་ཞལ་འདྲེམས་ནས་གནས་སྐོར་བྱས་ཏེ་གནས་ཡིག་ཀྱང་བཅུམས། ལྷོ་ཕྱོགས་སུ་བོད་ཀྱི་མགུལ་ལྷ་བརྒྱུ་གསུམ་དང་། གཏན་ཆེན་སྤེ་བཞིའི་ནང་ཆོན་རི་བོ་ཆེའི་ཕུན་མིན་ཆོས་དང་རིགས་ཀྱི་སྤང་མ་བྲག་ཙུང་ཅན། དམག་དཔོན་དབྱི་རྒྱལ་རིན་ཆེན་ཞེས་རི་ཆེན་མཐོ་ལ་ཆེ་མོ་རྣོ་བ་དབྱར་དཀྱུན་མེད་པར་གངས་དང་སྤྲུག་པས་གཏུམས་པ། རུབ་ཏུ་སྟོན་མཆོག་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་འཁོར་ལོ་སྤྲོམ་པའི་སྐུར་བཞེངས་ཏེ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་རི། ཡོན་ཏན་གྱི་གནས་རོ་བོ་གཟེ་རྒྱལ་དབུ་ཅེར་གངས་ཀྱིས་གཡོགས་པ། དུང་དུ་རྩིན་ལས་བྱམས་པ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་པསྐྱ་གསང་ཐིག་

གཏེར་དུ་བཞེས་སའི་གནས་ཡི་རྒྱལ་ནམ་མཁའ་མཛོད་དང་། རྩེ་བཙུན་སངས་རྒྱལ་དཔོན་པོའི་སྐུ་བ་གནས་ཀར་ཏེ་  
རྩེའི་བྲག་སོགས་གནས་རི་ཆེ་སྤྱུ་མས་མཐའ་ནས་བསྐྱོར་ཡོད་དོ།

གཉིས་པ། རྒྱ་རི་བོ་ཆའི་རང་བྱུང་གི་སྒྲིབ་དངོས་དང་སོག་ཆགས་གཏེར་ཁའི་སྐོར། རི་ཆེར་གངས་དང་རྩེ་  
སྤངས་སྤེལ་མའི་གནས་སུ་རྩེ་ཡུང་དང་། སུ་ཡུང་། གཡར་ཅ་དགུན་འབྲུ་བཅས་སྒྲིབ་ཤིང་། རི་སྐད་དུ་བྱ་བས་འབྲེལ་  
བས་ཤིང་ནགས་ཤུག་པ་དང་། འཕོ་ལོ་སྒྲོན་ཤིང་། སྟག་ལ། རྩུང་ལ། སིལ་ཤིང་སོགས་འབྲས་བུ་ཡོད་མེད་ཅི་རིགས་ཀྱི་  
ཤིང་། བྱགས་ཆལ་དུ་སྟག་ཟེ་དང་། སག་སི། ཤ་མོང་གི་རིགས་མི་འབྲ་བ་དུ་མ་ཡོད། སྤངས་སྤྲོངས་ནེ་ཏུ་གསེང་གཡུ་  
ཡི་མཚལ་ལྟར་བཤམ་པ་ལ་སེར་ཅན་སེར་རྩུང་དང་། ཅི་སོག་དཀར་དམར། གཏུ་རྒྱུང་སོག་སོགས་མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་  
པས་སྤ་རྒྱན་བཏབ་པ་ལྟ་བུ། རྩུ་མ་ཅ་དང་། སྒྲན་ལུ་མ་གྱི་རིགས་དུ་ལ། བྱད་རིགས་སྤྱི་དང་དམིགས་བསལ་སོ་ཁ་དང་  
གྲང་བར་པན་པའི་རྒྱ་ཆོན། ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལྟན་གྱི་གངས་ཆབ་དང་གཡའ་ཆབ་བསིལ་མའི་རྒྱ་རྒྱུང་། སྒྲིབ་གཡའ་བར་  
བྱེད་པའི་བྲག་དང་། གཏུ་ཆང་སོགས་ཆང་ཆིང་སྟག་པོའི་ནགས་ཁོད་དུ་རྒྱ་བའི་གཅན་གཟན་གྱི་རིགས། གཟིག་རྩེད་  
མོང་། རྒྱུང་གི་འཕའ་ར། དབྱི། སྤ་མོ་སོགས་དང་། རི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་ཀྱང་ཤུ་བ་དང་། རྒྱ་བ། སྤ་བ། རྩ་བ། རི་བོང་། རྩེ་ཏུ་  
སོགས་བག་ཐེབས་ཆེད་འཛོར་རོལ་ཞིང་བྱ་བྱི་མང་པོས་འཁྱུར་ཁྲུག་དབྱངས་སྟན་འབྱིན་པའི་རང་བྱུང་གི་སྒྲིབ་མས་  
ཆལ་ཀྱན་གྱིས་ཡིད་སྒྲོན་ཤོར་སའི་གནས་ཡིན་པ་མ་ཟད། གཞན་གཏེར་ཁའི་རིགས་ཀྱང་ཆོད་དང་། རྩོམ་ཆལ་དཀར་ནག་  
གསེར། ཟང་། རྩུགས། ཞ་ཉེ། རྩོ་སོལ་སོགས་ཀྱི་གཏེར་ཁ་སོན་ཆེན་སོན་བཞིན་ཡོད་སྟབས་རང་བྱུང་གཏེར་ཁ་མང་པའི་  
ལུང་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ། རྒྱ་ཆོས་ལུགས་དང་དགོན་པའི་སྐོར། རོད་སྤྱི་ཡོངས་ལྟར་གནའ་དུས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཐོན་པོ་  
ཡིན་ནའང་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་སྤོང་ལྷེ་ཏུ་བཅོན་གྱི་སྐུ་བས་སུ་སྤོབ་དཔོན་ཆེན་པོའི་སྤོབ་མ་སྤང་ཨ་མེ་བྱང་ཆུབ་འདེ་ཁྲུལ་གྱིས་  
ཁམས་ཕྱོགས་སུ་ནང་ཆོས་སྤེལ་བའི་རྩེ། དཔལ་སྟག་ལུང་རྩོམ་གདན་གྱི་ཁྱི་རབས་ ༩ པ། སྟག་ལུང་སངས་རྒྱལ་ནམ་  
གསུམ་ཞེས་བྲགས་པའི་ཡ་གྲུལ་གྲུབ་ཆེན་སངས་རྒྱལ་དཔོན་པོས་རབ་བྱུང་ ༥ པའི་མེ་སྤང་བྱི་ལོ་ ༡༩༢༦ ལོར་རི་བོ་ཆའི་  
ལྷ་ཁང་ཁྱ་འབྲེལ་མའམ་གཙུག་ལག་འཛམ་གླིང་རྒྱན་གཅིག་ཅེས་བྲགས་པའི་གདན་ས་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་བྲག་བཏབ།  
ནང་ཉེན་གཅོ་བོ་སྟན་པ་དགྲུང་ལོ་ཉེར་ལྔའི་ཆད་སྤུབ་དབང་ལྷན་པོ་དང་། སྟག་ལུང་ཐང་པ་རིན་པོ་ཆའི་དདུལ་སྐྱ་རྒྱ་  
ཐེར་མ་དང་། སངས་རྒྱལ་ཡར་བྱོན་གྱི་མཆོད་སྤོང་བཀྲ་ཤིས་འོད་འབར། ཡར་བྱོན་གྱི་དདུལ་སྐྱ་འཛམ་གླིང་རྒྱན་གཅིག་  
སངས་རྒྱལ་དཔོན་གྱི་དདུལ་སྐྱ་མཆོད་སྤོང་ཆེན་མོ། གླིང་གི་སར་རྒྱལ་པོའི་གསེར་སྒྲ་རི་མོ་དགུ་སྐོར། དཔལ་རྒྱལ་སུམ་  
ཅུའི་གོ་མཆོན་སོགས་ཉེན་བྱད་དུ་འཕགས་པ། གསུང་ཉེན་མཐིང་ཤོག་ལ་གསེར་དདུལ་ས་ལེ་སྐམ་ཤ་སྟག་ལས་བྲིས་  
པའི་བཀའ་བསྟན་སོགས་པོད་ཆེན་ ༥༠༠༠༠ ལྟག་སྟགས་ཉེན་གསེར་དདུལ་ཚུན་དཀར་དམར་སྟན་འཛིན་ལས་གྲུབ་  
པའི་མཆོད་ཉེན་བརྒྱུད་ཀྱི་གཞན་པོད་དང་། སོག་པོ། རྒྱ་ནག་རྒྱལ་པོ་བཅས་ཀྱིས་ཕུལ་བའི་མཆོད་རྩིས་ཀྱི་རིགས་སྟན་  
སུམ་ཆོགས་པ་མངའ་བ་སྟེ་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་ཞིག་དང་། །དགོན་འདིར་བསྟན་པ་འཛིན་



སྒྲོང་སྤེལ་བའི་སྒྲིམ་ཆེན་གཙོ་བོ་གྲ་ཟིའི་གདུང་བརྒྱུད་ལས་བྱོན་པའི་ཆོས་རྒྱུ་འཁོར་ཁྲི་རབས་རིམ་བྱོན་དང་། རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་ནམ་འབྲུལ་དུ་གྲགས་པ་ ༥ སྐབས་མགོན་རྗེ་འཕགས་ཞབས་གསུམ་སྤེལ་རབས་རིམ་བྱོན། འདུལ་བ་གཞི་གསུམ་གྱི་ཕྱག་བཞེས་ཚུལ་བཞིན་མཛད་པའི་མཁན་རབས་གསེར་རིའི་ཕྱིང་བ། རྫོང་ཐེག་པའི་རྒྱུད་སྤེ་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་སྤྱ་མེད་བདེ་དཔྱེས་གསང་གསུམ་ལ་རང་བྱུང་རྒྱུད་པའི་རྫོང་ཐེག་སྤོན་སྤོན་གསུམ་དགེ་འདུན་སྤེ་དང་བཅས་པས་ད་ལྟའི་བར་བསྟན་པ་འདྲིན་སྒྲོང་སྤེལ་གསུམ་བྱས་དང་མཛད་བཞིན་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ལོ་ ༥༠༠ ལྷག་ཙམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྷན་པའི་གདན་ས་ཆེན་པོ་འདྲིན་ནང་གསེས་སུ་དབྱེ་ན་རབ་བྱུང་ ༩ པའི་ནང་དུ་མཁར་བྱུང་བསོད་ནམས་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་ཕྱག་བཏབ་ཅིང་གཙོ་བོར་ཕྱག་རྒྱུ་ལྷན་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཉམས་ལེན་ཐོག་བཀའ་དགོངས་སུ་རྒྱུ་གསུམ་ལ་རྩལ་འདོན་གནང་མཁན་རྒྱུ་མ་གྲ་ཆང་གསང་སྤྱུགས་བདུད་འདུལ་སྤྱིང་དང་། རབ་བྱུང་བཅུ་ ༡༡ པའི་ནང་དུ་བཀྲ་ཤིས་དཔལ་སྤེལ་གྱིས་ཕྱག་བཏབ་ཅིང་གཙོ་བོར་ཐབས་ལམ་རྒྱ་རོའི་ཆོས་དྲུག་དང་ཐབས་བྱུང་ཕྱག་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ལ་རྩལ་འདོན་མཛད་མཁན་སྤྱུག་ལུང་གྲ་ཆང་བཀའ་བརྒྱུད་སྤོན་གསུམ་སྤྱིང་། བདེ་སྤྱོད་ཕྱག་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་ཉམས་བཞེས་ཐོག་བདེ་དཔྱེས་གསང་གསུམ་གྱི་རྒྱུད་སྤེ་ལ་རྩལ་འདོན་མཛད་མཁན་རྩ་བའི་བརྒྱུད་འདྲིན་གསར་མ་གྲ་ཆང་སྤེལ་བརྒྱུད་བསྟན་རྒྱས་སྤྱིང་སྟེ་གྲ་ཆང་ཁག་གསུམ་དང་། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གདུང་དང་རིང་བསྐེལ་གྱིས་བསྟན་པའི་སྤྱི་འབྲུམ་ནམ་པ་གསུམ། སྤྱི་བྱང་ཁག་གཉིས་དང་བཅས་པ་སྟེ། བོང་གི་གྲ་ཆང་ཁག་སོ་སོར་སྤེལ་སྤེ་དང་། ༥ འཕགས་མཆོག་སྤྱི་ཕྱིང་བདུན་པ་དག་དབང་འདྲིགས་མེད་གྲགས་པས་ཕྱག་བཏབ་པའི་སྤྱི་ལ་བཤད་གྲ་ཆེན་མོ་གཅིག་དགོན་ལག་གི་སྒྲོར་ཁྱུང་པོ་རུ་སྤྱུག་ལུང་བཀའ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱུད་འདྲིན་མཁན་ངང་ཐོ་དགོན་དང་། བེ་ཁབ་དགོན། རྫོང་ལུང་ནང་དུ་གམ་སུ་དགོན་སྤོན་ཐོག་ལག་མང་ཤོས་ཅན་གྱི་ཁ་འབྲེལ་མ་ནི་རི་བོ་ཆེའི་རྩ་བའི་དགོན་པ་ཆེ་ཤོས་ཏེ་ཁམས་ཀྱི་དགོན་གཙང་རུ་བཞེ་ཞེས་གྲགས་པའི་ཡ་གྲུལ་ཡིན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་གྲུང་ཁབ་ཏང་གིས་དབང་བསྐྱར་གྱིས་བོད་སྤྱི་མཆུང་ས་ལྟར་དགོན་པ་ནང་རྟེན་དང་བཅས་པ་མེར་བསྐྱེགས་རྩ་གཏོར་བྱས་རྗེས་ ༡༩༥༩ ལོར་གསར་བཞེངས་ཆོག་པའི་བཀའ་འཁྲོལ་ཐོབ་སྟེ། སྤྱི་ཡང་རྒྱ་ཆེའི་མི་མང་གི་ལྷག་བསམ་དང་སེམས་བྱུགས་ལ་བརྟེན་ནས་གཙུག་ལག་ཁ་འབྲེལ་མ་ཕྱི་ནང་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་པ་སྤོན་གྱི་བཟོ་བཤོད་དང་མཐུན་པར་གསར་བཞེངས་བྱ་བ་མོད་སྤྱི་ནང་རྟེན་ལི་མ་དང་། གསེར་དུལ་ལས་བྱ་བ་པའི་སྤྱི་འབྲུ་དང་སྤྱུགས་རྟེན་གྱི་རིགས། གསུངས་རྟེན་མཐིང་ཤོག་ལ་གསེར་དུལ་མཆོལ་སྤོགས་ཀྱིས་བྱིས་པའི་བོད་ཏེ་ ༥༠༠༠༠ ལྷག་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་བརྒྱ་ཆའི་ ༡༠ ཙམ་ལས་རྟེན་སོན་བྱུང་མེད་པ་ནི་སྤོས་མེད་ལགས། སྤྱི་དམར་གཉིས་སུ་སྤོན་ཆད་ཡན་ལག་གི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པའི་གད་མདོག་དགོན། ཁ་རྩན་དགོན་བོན་པོ། ཁམས་ཁྱུང་དུ་དགོན་པ་ཆགས་སུ་ཤོས་ཀམ་དགོན་ཀྱི་ཆང་བཀའ་བརྒྱུད་བཅས་སུ་མོ་རི་བོ་ཆེའི་ཁོངས་གཏོགས་དང་། རབ་མགོ་མཆོ་ཁར་གོང་སྤེལ་སྤོ་གྲོས་རབ་འཕེལ་གྱིས་འགོ་པན་བྱང་རྒྱུ་ཆོས་སྤྱིང་ཀམ་ཆང་། སྤོ་མདའ་དགོན་ས་སྤྱི་སྤོ་བཞེ་དགོན་པ་དགེ་ལུགས། གཏོར་ཆེན་སྤྱུག་ཤམ་ཁུས་ལྷན་རྫོང་ཆེའི་ཆོས་བརྒྱུད་འདྲིན་མཁན་བ་རི་རྒྱལ་གསུམ་གྱི་དགོན་པ། གཏོར་ཆེན་མཆོག་སྤྱི་སྤྱིང་པའི་མ་དགོན་གནས་བསྟན་དགོན་མཆོག་

སྤང་གཏེར་གསར་རྟེན་མ་སྟེ་ཆོས་བརྒྱད་ཆེན་པོ་བཞི་དང་། གཡུང་རྩུང་བོན་བཅས་རི་བོ་ཆེའི་མངའ་ཁོངས་སུ་བསྟོན་  
པས་ལྷ་བཅུན་སྤགས་གསུམ་གྱི་དཔོན་པ་ཆེ་ཆུང་གུངས་ ༡༠ ལྷག་ཙམ་མཆིས་སོ།

བཞི་པ། རྒྱ་བཞི་གས་བསལ་གྱི་དུས་ཆེན། སྤྱིར་ཆོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་དུས་ཆེན། ཟིལ་གཞོན་དང་།  
ཟབ་བདུན། དབྱར་མཚོད་སོགས་མང་དུ་ཡོད་ཡོད་རི་བོ་ཆེའི་སྤྱབ་མཚོད་ཅེས་དུས་མཚོད་གྲགས་ཅན་འདི་ནི་ད་བར་  
ལ་ངོ་ ༤༡༠ ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྡན་ཅིང་ལོ་རེའི་བོད་ལྷ་ ༤ པའི་ཆོས་ ༡༥ ཉིན་སྤང་བཅི་བྱེད་པ་སྟེ། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༤ ལོར་  
རི་བོ་ཆེའི་ཁྲི་རབས་གཉིས་པ་ཆོས་སྐུ་ལོ་རྒྱུན་མཁོན་པོས་ལྷ་ཁང་ཁྲ་འབྲེལ་མ་བཞེངས་གྲུབ་ནས་བོད་དང་རྒྱ་བལ་  
གྱི་བཅོ་བོ་རྒྱམས་ལ་གསལ་སྟོན་ཡོན་བརྒྱུད་ཆུ་ཆེར་མཛད་སྐྱབས་ས་ཐག་རིང་བའི་བཅོ་བོ་རྒྱམས་ཀྱིས་དངོས་ཐོག་  
ཁྲུ་མི་བདེ་བ་རྒྱམས་གོང་ཁེ་ཤོད་ཐོག་བཅོངས་པར་བརྟེན་དེ་ཕྱིན་རང་བཞིན་གྱིས་ཆོང་འདུས་སུ་ཆགས་ཏེ། རྒྱ་བལ་  
ཏོར་སོགས་མི་རིགས་འདྲ་མིན་གྱི་ཆོང་པས་གསེར་དབུལ་གཡུ་བྱར་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་དང་། འགོ་སྐྱམ། སྤྱག་ འབྲུ་  
རས། དེང་རབས་ཀྱི་ཆས་གོས་སོགས་དངོས་ཐོག་ཉོ་ཆོང་གི་རྒྱལ་པ་ཤས་ཆེ་བ་མ་ཟད། ལོ་རེའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་  
སྟོན་འབྲུམ་རྒྱག་པ་དང་། ལྷ་ཁང་ཁྲ་འབྲེལ་མར་མཚོད་མཛུལ། རྒྱབ་རི་རྩོ་རྩོ་འོད་འབར་ལ་བསང་གསལ་དང་། རྒྱུང་རྩ་  
བཞེངས་འདུགས། གཞན་ཅེད་མོའི་རིགས་རྩ་རྒྱག་འགྲན་བསྐྱར་དང་། ཐག་པ་འཐེན་པ། བྱེ་སྟོན་བཀྲགས་པ། སྟོ་འཁྲབ་  
པ། ཁྱོན་ཆས་ཀྱི་སྟོན་མོ་སོགས་རིག་གནས་དང་། ལུས་ཅལ་གྱི་བྱེད་སྟོན་སྤྱན་སྦྲུམ་ཆོགས་པ་གཉེར་སྟོན་ཡོད་པའི་ཁར་  
དེའི་སྐྱབས་སུ་ལུལ་ལུང་མི་རིགས་ཁྱད་མེད་ཀྱིས་ལྷ་ཁང་ཁྲ་འབྲེལ་མའི་ནང་དུ་སྟོན་ལབ་བཏབ་ན་ལོ་དེའི་ཆོང་ལས་  
སོགས་ཡག་པོ་ཡོང་ཞེས་བཤད་སྟོན་ཡོད་པར་བརྟེན་ལོ་རེ་ནས་ཆོང་འདུས་རེ་རྒྱས་སུ་སོང་སྟེ་སྟོན་རྒྱུན་གྱི་དུས་ཆེན་  
དུ་གྱུར་པ་ཞིག་གོ།

ལྷ་པ། རྒྱ་སྟོན་དེང་གི་ས་ཁོངས་དང་མི་འཕོར་གྱི་སྐོར། དགའ་ལྡན་སོ་བྲང་གིས་སྤྱད་དབང་བཟུང་ཆེས་  
རི་བོ་ཆེའི་ཆོས་སྤྱད་གྱི་བྱ་བ་ཡོད་ཆད་ཡང་དཔོན་ལྷ་བྲང་དང་། འབས་རྩུང་ལྷ་བྲང་གཉིས་ཀྱིས་སྦྱོང་བའི་ལམ་སྟོན་  
ཆགས་ཏེ། ལྷ་བྲང་ཁག་གཉིས་ནས་ལྷ་གཉེར་དང་། སྤྱི་མཛོད་སེར་སྐུ་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་གཤམ་དུ་མགོན་  
རྩུང་གཉིས། གཉེར་ཆེ་ཆུང་བཅས་ཡོད་པའི་ལས་ཁུངས་ནས་རི་བོ་ཆེའི་ཆོས་སྤྱད་གྱི་ཁྲིམས། དཔལ་འབྱོར་འདུ་འགོད།  
རྒྱ་བོད་སྟེ་ལེན་སོགས་ལས་ཀ་ཆེ་སྤུ་ལ་དོ་དམ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། མངའ་འབངས་སུ་གཞིས་ཀ་ཆེ་ཆུང་དུག་ཅུ་ལྷག་དང་།  
ཁྲུང་པོ་དཀར་ནག་གཉིས། ལྷོ་ཕ་དམར་འབས་གསུམ། དཀྱིལ་རི་རྒྱ་ཉིན་སྟེ་ལ། ལ་རས་བལ་གསུམ། སེ་ལྷོ་གཤོག་གསུམ།  
ར་པ་སྟོད་སྟངས། འཛི་སྟོད་སྟངས་གཉིས། སྟེ་དུག་གཉིས། གཡམས་རྩོད་གཉིས། སྤྱ་ཏོར་གཉིས། རོམ་རྒྱ་ཉིན་སྟེ་བ་གཉིས། ཀར་  
མདའ་གཉིས། ཀམ་འི་སྟེ་རི་བཅུ་གསུམ་བཅས་ལ་སྟོན་བྱེད་སྤྱུམ་སྟོང་ལྷག་ཙམ་ཡོད་པ་ནི་དུས་རབས་བཅུ་དགུ་  
པའི་ནང་དུ་སྟེ། དེང་སང་རྒྱ་དམར་གྱིས་དབང་བསྐྱར་སྤངས་འཛིན་གྱིས་ལྷ་བྲང་ཁག་གི་དབང་ཆ་སོགས་ཏེ་སྟོན་ཆད་  
རི་བོ་ཆེའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཀམ་འི་སྟེ་རི་དཔོན་སྟེ་དང་བཅས་པ་ཆབ་མདོའི་ཁོངས་སུ་མར་བཅད། ལྷོ་ཕ་དམར་  
འབས་གསུམ་ལ་སྟོན་རྩོད་རྩོད་ཞེས་མིང་གསར་དུ་བཏགས་ནས་བྱར་དུ་བཅད། ཁྲུང་པོ་དཀར་ནག་གཉིས་དང་གསེར་རྩ་

བཅས་མེ་རུར་བསྐྱམས་ནས་སྤོང་ཆེན་རྫོང་ཞེས་འབོད། ཞེ་གཡུ་གཉིས། བ་རི་དགེས་གསུམ། རྫོང་ལྷོ་སྤོང་སྤོང་ནམས་  
དང་། སྤོང་ཆེན་རི་བོ་ཆེའི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིན་ཡང་བར་ལམ་དཔག་ཤོད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་སོང་བ་སྒྲེར་བཞི་དགོན་སྡེ་དང་  
བཅས་པ་དག་དེང་སྐབས་རི་བོ་ཆེའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱམས་ཏེ་རྩ་ཆ་ཁའི་གོང་བྱེད་སྡེ་དགོན་མི་མངས་ཡོངས་ལ་སྤྲངས་  
འཛིན་བྱེད་མཁན་གྱི་ལས་བྱེད་པ་དང་། ལས་ཁུངས་ཆེ་ལག་བརྒྱབ་ཡོད་པ་དེར་རི་བོ་ཆེའི་རྫོང་ཞེས་འབོད། ད་ལྟ་རོབ་  
བཅིས་ཅམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་བྱིམ་དུད་ ༡༠༠༠ ལྷག་དང་བརྒྱད་སྟོང་ཡར་མར་དང་མི་གྲངས་ཁྲི་ ༩༠༠༠༠ ལྷག་ཡོད་  
པ་ནི་དང་སང་གི་རི་བོ་ཆེའི་ས་ཁྱོན་མི་འབོར་དང་བཅས་པ་སྟེ་ལོ་རྒྱུས་མདོ་ཅམ་མོ།

## དེབ་མེར་རྒྱ་མཆོའི་སྤྲིང་བརྒྱད་ཀྱི་ཆན་བཀོད།

ཇི་ཏུ་འཇམ་དཔལ་ལུང་རྟོགས།

བསེལ་སྤྲོངས་ལྷ་ལམ་དོ་ར་ཡངས་པའི་གྲོང་།  
སྤྲོམ་གསུམ་དམ་ཆོག་གཙང་མའི་རྩལ་ཀྱན་རྟོགས།  
ཞེན་བྲལ་ཆོད་པོའི་བྱ་ཆེན་རང་དབང་དུ།  
ཆོས་སྤྲིང་རྒྱལ་ཐབས་འཛིན་ལ་སྒྲོས་གར་བསྐྱར།  
བཀའ་བརྒྱད་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་དོ་ཤལ་ལས།  
སྟག་ལུང་བཀའ་བརྒྱད་བྱང་ཚུལ་ཆ་ཤས་ཤིག།  
ངོ་མཆར་རྒྱ་མཆོའི་ནང་གི་སྤྲིང་བརྒྱད་དེ།  
ཕྱི་རབས་གཞོན་ནུ་ནམས་ཀྱི་དབྱེད་གཞི་མཛོད།  
ཕས་སྐོལ་མཆོན་གྱིས་མི་འཛིག་པ་ལམ་གཞིར།  
མེས་རྒྱལ་གཅིག་ཟུར་ལོ་རྒྱུས་གཡུང་བྱང་རིས།  
སྤངས་སྒྲོག་ལས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་མཆོན་གསལ་བ།  
བདག་སློ་ཚོངས་ཀྱང་སློང་པོར་སྤྲོ་ལ་ཞུགས།

ཞེས་ཆོག་གི་མེ་ཏོག་གཙང་དུ་བཀྲམས་པའི་མདུན་བསྟར་ཏེ། ཇི་སྐད་མེས་པོའི་ཞལ་རྒྱན་དུ།

མི་རང་གི་སྤྲིང་རྒྱུད་མ་ཤེས་ན།  
ནགས་ལ་གནས་པའི་སྤྲིང་དང་འབྲ།  
མི་རང་གི་ཆོ་འབྲངས་མ་ཤེས་ན།  
ཆར་པ་མེད་པའི་འབྲུག་སྐད་དང་འབྲ།  
ཕ་མེས་ཀྱི་ཡིག་ཆང་མ་ཤེས་ན།  
བྱིས་པ་དུ་སྤྱུག་འབྲམས་པོ་དང་འབྲ།

ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལས་ཆོས་སྤྲིང་ཇི་ལྟར་བྱང་བ་དང་དར་བ་འཕེལ་བའི་གནས་ཚུལ་ནང་  
ནས་སྟག་ལུང་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱི་གདན་ས་ཡས་མས་གཉིས་སུ་ཆོས་ཀྱི་བྱང་བ་མདོ་ཙམ་བཛོད་པ་ལ།  
དང་པོ། སྟག་ལུང་ཡར་ཐང་དོ་རྩེ་གདན་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་ལ། སྤྱིར་བཀའ་བརྒྱད་ཅས་པའི་ཆོག་གི་འབྱུང་

ཁུངས་ནི་མི་ལམ་དང་། སྤྱུ་ལུས། འོད་གསལ། གཏུམ་མོ་བཞི་བཀའ་བབས་པའི་བརྒྱུད་པ་ལ་བཀའ་བརྒྱུད་ཅེས་མིང་  
 དུ་ཆགས་པ་སྟེ། དེའང་བཀའ་བབས་དང་པོ་ནི་དོན་མཆང་རྒྱལ་པོ་ཡི་རྩ་ལྟ་ཏི། སྤྱུ་ལུས་ཀྱི་པའི་ནལ་འཕྱོར་མ། ས་  
 བདག་སྟེ་སྤྱུ་ཀུན། ས་ར་ཉ་ཆེན་པོ། སྤྱུ་སྤྱུ་འབས། རྩེ་བཅུན་ཏེ་ལོ་པ་སྟེ་གསང་བ་འདུས་པ་དང་། དོན་མཆང་བཞི་  
 དང་། ཆོས་དྲུག་གི་སྤྱུ་ལུས་དང་། འཕོ་བའི་བཀའ་བབས་སོ།

བཀའ་བབས་གཉིས་པ་ནི་དོན་མཆང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཁའ་འགོ་མ་ཀྱུ་རྒྱ་རི་པ། ཅུ་པ། ཏེ་ལོ་འབས་ཏེ་སྤྱུ་  
 མ་ཆེན་པོ་དང་ཆོས་དྲུག་ནང་གི་མི་ལམ་ཀྱི་བཀའ་བབས་སོ།

བཀའ་བབས་གསུམ་པ་ནི་དོན་མཆང་། ཕྱག་ན་དོན་མཆང་། རྟོག་ཏེ་ཅུ་ཀྱ། རྟོག་ས་བཟླ། ལུ་བ་པ། ཏེ་ལོ་འབས་  
 ཏེ་བདེ་མཆོག་འཁོར་ལོ་སོགས་མ་རྒྱུད་མཐའ་དག་དང་། ཆོས་དྲུག་ནང་གི་འོད་གསལ་ཀྱི་བཀའ་བབས་སོ།

བཀའ་བབས་བཞི་པ་ནི་དོན་མཆང་། ཕྱག་ན་དོན་མཆང་། ཡན་ལག་མེད་པའི་དོན་མཆང་། བཟླ་བཟླ། རྟོག་ས་བཟླ་ལ་  
 པ་བཟང་མོ། དཔལ་ལྷན་ཏེ་ལོ་པ་སྟེ་དབྱེས་པ་དོན་མཆང་། ཆོས་དྲུག་ནང་གི་གཏུམ་མོའི་བཀའ་བབས་སོ།

དེ་ནམས་རྒྱ་གར་སོགས་སྤྱུ་ལུས་པའི་སྤྱུ་ལུས་སྟེ་ཏེ་ལོ་པ་བཀའ་བབས་བཞི་ཀ་འདུས་པ་དེས་རྒྱ་རི་པ་རྩེས་  
 སྤྱུ་བཟུང་བ་ཡིན། བོད་འདིར་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྱི་ལོ་མེས་པོ་མར་པ་ལོ་རྒྱ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་ལོན་ཡིན་ཏེ་ཁོང་རྒྱ་གར་དུ་དཀའ་  
 བ་ཆེན་པོས་ལན་གསུམ་དུ་བྱིན་རྩེ་རྒྱ་རི་པ་དང་། མི་ཏི་པ་སོགས་ཀྱི་འབས་ལ་གཏུགས་ནས་སྟོབ་མ་བཀའ་ཆེན་བཞི་  
 སོགས་བསྐྱེད་ཞིང་བཀའ་བརྒྱུད་པའི་བསྟན་པའི་སྟོན་གཏོད། ཁོང་གི་སྤྱུ་ཆེན་བཤད་བརྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་བབས་ཚོག་  
 ཆོས་སྤྱོད་དོན་མཆང་། མེས་སྟོན་ཆོན་པོ་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོག། མཆོར་སྟོན་དབང་གི་དོན་མཆང་གསུམ་དང་། བྱང་པར་  
 དུ་འཕགས་པ་སྤྱུ་བརྒྱུད་ཀྱི་བཀའ་བབས་ཀྱང་ཐང་གི་མི་ལ་རས་པ་དང་བཞི་བྱང་སྟེ་བཤད་བརྒྱུད་ཆུ་བོའི་རྒྱུ་ལས་  
 རིང་བ་བྱང་བར་བཀའ་བརྒྱུད་དང་། དགེ་ལུགས་ས་སྤྱུ་པ་བཅས་ལ་ད་ལྟའི་བར་བཤད་རྒྱུ་མ་ཆད་པ་ཡོད།

༡༽ མི་ལ་རས་པས་སྤྱུ་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉི་མ་ལྟར་གསལ་བར་མཛད་ཅིང་ཁོང་ལ་སྟོན་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱུ་སྟོབ་  
 གཙོ་བོ་ཉི་ཟླ་རྒྱར་གསུམ་ལྟ་བུ་སྟེ། སྤྱུ་གས་སྤྱུ་རྒྱར་མ་ལྟ་བུར་ངན་རྩོད་སྟོན་པ་སྟོ་རྟེ་ར་ཇ་ལ་སྟོན་བརྒྱུད་འབྲིང་པོ་  
 གནང་སྟེ་ངན་རྩོད་སྟོན་བརྒྱུད་གྲགས་ཤིང་གཙོ་བོ་བྱིས་ཞལ་སྤྱུ་བཀའ་བརྒྱུད་བྱང་སྟེ་འཕགས་པ་ལྟ་བུར་བདག་བདེ་  
 ཆེན་དོན་ཡབ་སྤྱུ་གས་ཀྱིས་བརྒྱུད་པ་འདི་ན་པ་ཡིན། སྤྱུ་གས་སྤྱུ་རྒྱར་མ་ལྟ་བུར་རས་རྒྱང་དོན་མཆང་གསུམ་པ་ལ་སྟོན་བརྒྱུད་རྒྱས་  
 པ་གནང་སྟེ་རས་རྒྱང་སྟོན་བརྒྱུད་ཞེས་བཀའ་བརྒྱུད་སྤྱི་དང་ལྟག་པར་རས་རྒྱང་བཀའ་བརྒྱུད་ལ་བཀའ་བབས། སྤྱུ་གས་  
 སྤྱུ་ཉི་མ་ལྟ་བུ་དྲུགས་པོ་ལྟ་རྩེ་འཕྲུ་འོད་གཞིན་ལྟ། འཛམ་གླིང་གྲགས་པ། བསོད་ནམས་རིན་ཞེས་གྲགས་པ་ལ་སྟོན་  
 བརྒྱུད་བསྟུས་པ་གནང་སྟེ་དྲུགས་པོ་སྟོན་བརྒྱུད་ཅེས་གྲགས།

དྲུགས་པོ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱུ་བཀའ་གདམས་པའི་ཆོས་ལ་བྱང་ཆུབ་པར་སྤྱུ་ཐོག་ཏེན་དགེ་སྟོང་ཡིན་པ་དང་  
 བྱིས་རྩེ་བཅུན་མི་ལའི་བྱང་ནས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཁྱེས་པར་བཀའ་ཕྱག་རྒྱ་བོ་གཉིས་འབྲེས་དྲུགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་  
 ཅེས་གྲགས་ཤིང་དེ་བྱིན་བཀའ་བརྒྱུད་པར་ཏེན་དགེ་སྟོང་གི་སྟོབ་བརྒྱུད་རྒྱར་ཆོགས་ལྟར་མང་དུ་འཕེལ། དྲུགས་པོ་རིན་

པོ་ཆེ་ལ་སློབ་མ་རྒྱ་ཆེན་པོར་འདུས་པའི་གཙོ་བོ་གདན་སར་སློབ་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྱིང་པོའི་སློབ་བརྒྱད་ལ་གདན་ས་  
བཀའ་བརྒྱད་ཅེས་གྲགས་ལ་ཁོང་གི་སློབ་མ་ཞང་ཆང་ཆལ་པ་འགྲོ་བའི་མགོན་པོའི་བརྒྱད་པ་ལ་ཆལ་པ་བཀའ་བརྒྱད་  
དང་། དྲགས་པོ་རིན་པོ་ཆའི་དངོས་སློབ་འབམ་རྩམ་པ་དར་མ་དབང་ཕུག་ལ་འབམ་རྩམ་བཀའ་བརྒྱད་དང་། ཀམ་  
པ་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་ལ་ཀམ་བཀའ་བརྒྱད་དམ་གདན་ས་དང་པོ་མདོ་སྤང་ཀམ་པོ་གནས་ནང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཀམ་  
ཆང་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱང་ཟེར། རྗེ་མག་མོ་གྲུབ་པ་རྗེ་རྗེ་ཆུལ་པོའི་ཡང་སློབ་མག་གྲུབ་གདན་ས་བ་སྟུན་སྡེ་རྒྱངས་གྲགས་  
པ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ལ་སྟུན་སྡེ་བཀའ་བརྒྱད་དམ་མག་གྲུབ་བཀའ་བརྒྱད་ཀྱང་ཟེར། གོང་གི་བཞི་ལ་བཀའ་  
བརྒྱད་ཆེ་བཞི་ཞེས་གྲགས།

རྗེ་མག་མོ་གྲུབ་པ་ལ་སློབ་མ་གདུགས་ཐོག་ཅན་ལྟ་བུ་དང་འཁོར་སློབ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་ཞིང་དེའི་  
ནང་གཙོ་བོ་བཀའ་བརྒྱད་རྒྱུད་བརྒྱད་དམ་བྱུང་བཞི་ཡ་བརྒྱད་ཅེས་གྲགས་པ་ནི། འབྲི་སྟག་གཉིས་དང་། ཁོ་སྤིང་  
གཉིས། མ་ཡེལ་གཉིས། གཡམ་ཤུགས་གཉིས་ཏེ་གཉིས་གཉིས་བཅེས་པའི་བྱུང་བཞི་དང་ཡ་བཅེས་པ་ན་བརྒྱད་  
ཡོད་པའི་ནང་གསེས་སྟག་ལུང་བཀའ་བརྒྱད་ཅེས་པའི་གདན་ས་གཉིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོ་ཙམ་ནི། སྟག་ལུང་ཞེས་པའི་  
གནས་དང་གང་ཟག་གཉིས་ཀ་རྒྱལ་བའི་ལུང་བསྟན་པ་སྟེ་སྤིང་རྗེ་པམ་དཀར་པོའི་མདོ་ལས། ཀུན་དགའ་པོ་ང་  
འདས་ནས་བྱང་སྟོགས་ཀྱི་བརྒྱད་ན་གོང་ཁྱེད་ཤིང་ཀུན་སྐྱེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་གྱུར་སྟེ། དེར་ངའི་མཆེ་བ་ལ་  
མེ་ཏྲོག་དང་། སྤེང་བ་དང་། སློབ་དང་། བྱག་པ་དང་། སེལ་སྟན་དང་། གདུགས་དང་། རྒྱལ་མཆོན་དང་། བ་  
དན་དང་། རྩམ་པར་རྒྱལ་བའི་བ་དན་སོགས་ལ་སོགས་པ་དང་། གོས་དང་། དུལ་དང་། གསེར་དང་། རིན་པོ་  
ཆེ་སྣ་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་བསྟོ་སྤང་དུ་བྱེད། ལྷ་མར་བྱེད། རིམ་འགྲོར་བྱེད། མཆོད་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ།

ཀུན་དགའ་པོ་ངའི་མཆོད་རྟེན་ཡང་གསེར་གྱིས་བརྒྱན་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་སྟག་ལུང་གི་གནས་དེར་འབྲོག་  
སྟེའི་གོང་ཆོ་ཆེ་བ་ཞིག་ཆགས་པ་དང་ཕྱིས་སྟེ་རིག་པའི་གནས་བརྒྱའི་ཤེས་བྱའི་ཆོས་རྣམས་རིམ་པར་དར་བས་གོང་  
ཁྱེད་ཆེན་པོར་གྱུར་ཅིང་ཤིང་ཀུན་སྐྱེ་བ་ཞེས་པ་ཡང་སྤར་སྟེ་སྟོག་གི་ཐང་ཤིང་ཆལ་ཆེན་པོའི་དབུས་སུ་སློབ་དཔོན་  
རིན་པོ་ཆེས་དབང་གི་དབང་ཆེན་ཏེ་མཁུན་ཏེ་དཀྱིལ་འཁོར་ཞལ་བྱས་ཞེས་ཡིག་རྟིང་དུ་གསལ་ཞིང་པོད་མདོ་བདུད་  
འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དང་སྟག་ལུང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་མོ་བཞེངས་སྐབས་ཀ་ཆེན་སྟེ་སྟོག་ནས་བཅད་པར་  
བཤད་ཡོད་པས་ཤིང་ངས་ཀྱི་ཆལ་ཡིན་པར་ཤེས། སྟན་པའི་གདུང་རྒྱུངས་པའི་ཆེ་རི་རྒྱད་དུ། རྒྱུས་མཆོག་དེ་ཡི་  
མཆེ་བ་བཞི་དག་ལས། མཆེ་བ་གཅིག་ནི་རྩ་གསུམ་འཛིག་རྟེན་མཆོད། གཉིས་པ་ཆོག་འཛིན་གོང་ཁྱེད་ཡིད་འོང་ན།  
གསུམ་པ་ཀ་ལིང་རྒྱལ་པོའི་ཡུལ་ན་ཏེ། རྒྱུས་མཆོག་དེ་ཡི་མཆེ་བ་བཞི་པ་ནི། གོང་ཁྱེད་རྒྱ་སྟོགས་སྟེ་ཡི་རྒྱལ་པོས་  
མཆོད།

༡༽ ཅེས་བཤད་པའི་ཀ་ལིང་རྒྱལ་པོའི་མཆོད་གནས་སུ་བཞུགས་པའི་ཆོམས་མཆེ་བ་གསུམ་པ་དེ་དཔལ་ཆེན་  
ཀ་ལོ་རྒྱ་བ་མཐུ་སྟོབས་དབང་ཕུག་གི་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་སྤངས་ཏེ་སྟག་ལུང་ཐང་པ་ཆེན་པོའི་ཕུག་ཏུ་བྱུང་བ་ཕྱིས་སྟེ་ཡེལ་བ་



རིན་ཆེན་དགོན་པོས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་དེ་ཉིད་སྤྱིང་པོར་བཞུགས་སུ་གསོལ་བའི་མཆོད་སྡོང་ཆེན་པོ་གསེར་བ་གོའི་  
མཐུག་ཆད་གསོལ་བའི་སྐུ་འབྱུང་བྱང་མར་གྲགས་པ་བསྐྱེད། གོང་འཕྲོལ། ཀུན་དགའ་པོ་དེའི་མཆོད་རྟེན་དེ་ཡང་  
གསེར་གྱིས་བརྒྱན་པར་འཇུག་རྟེ། ཞེས་པ་དོན་ལ་གནས་ གོང་ཡང་གོང་འཕྲོལ། དེའི་མཆོད་པ་ལ་མེ་ཏོག་སོགས་ཀྱི་  
མཆོད་པ་བྱེད་པར་འཇུག་རྟེ།

བར་གྱི་ནི་གཙོ་བོ་སངས་རྒྱུས་ཡར་བྱོན་གྱིས་བོད་ཡུལ་འདིར་འབྱུང་དགོན་པའི་མཆོད་མེའི་གཞི་ཆེན་པོ་འོད་  
གྱིས་རྩ་སྤྱོད་གི་བར་སྒྲུང་གསལ་བའི་མཆོད་པ་ཆེན་པོ་སྤུལ་བ་དེས་མཆོན་པར་བསྐྱེད་ཏོ། གོང་གི་གནས་དང་རྟེན་གྱི་  
ཡུང་བསྐྱེད་པའི་འཕྲོལ། ཀུན་དགའ་པོ་སྐྱོན་པའི་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་འབྱུང་བར་འཇུག་རྟེ།

སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པ་དང་། དགེ་བའི་ཆོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་དང་། དགེ་སྲོང་གི་ཆོགས་བརྒྱ་  
སྡོང་མང་པོ་འབྱུང་བར་འཇུག་རྟེ། རམས་ཅད་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་མུ་དན་ལས་འདས་ཏེ་དེ་རྣམས་ཀྱི་དའི་བསྐྱེད་པ་  
རྒྱུས་པར་འཇུག་གྱི་མུ་དན་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་གསུང་པ་ནི་གང་ཟག་དོན་བརྒྱད་ཕྱེད་བ་ཡུང་བསྐྱེད་པ་ཡིན། གཞན་  
ཡང་སློབ་དཔོན་པ་སྐྱེ་སྐྱེ་ལས་ཀྱང་། རྣམ་ཏེ་ལ་སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་པ་སྡོང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པ་སྐྱེ་ཡུང་པ་  
ཞེས་འབྱུང་། ཞེས་ཡུང་བསྐྱེད་པའི་མགོན་པོ་འདི་ཡི་སྐྱེས་རབས་ནི་རྣམས་ཐར་དུ་འང་ཇེ་ཕག་མོ་གྲུབ་པ་དང་ཐུགས་  
བརྒྱད་གཅིག་པར་ཞལ་བཞེས་ལ། ཐ་དད་དུ་དབྱེ་ན་མགོན་པོ་མི་འཁྲུག་པ། སྐྱེན་རས་གཟིགས། ཡི་རྩ་སྐྱེ་ཏེ་ཆེ་བ།  
ཀུན་དགའ་པོ། རྣམ་ཏེ་ལ། ཆོས་རྒྱལ་སྲོང་བཙན་སྐྱེ་པོ། འཕྲོམ་སྡོང་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་གནས། བྱ་ཡུལ་བ་གཞོན་  
ཅུ་འོད། ཇེ་བཙན་སྐྱེ་ཡུང་པ་བཟ་ཤིས་དཔལ་ཡིན་ཏེ། གདུང་ནི་བོད་མིའུ་གདུང་དུག་གི་ནང་གསེས་དབྱ་རིགས་  
ལྷགས་གྲ་ཟེ་ཞེས་པ་དབྱས་གཙང་ཁམས་གསུམ་ལ་མང་དུ་ཡོད་པའི་ནང་ཆོན་མདོ་ཁམས་སྐྱང་གསུམ་མམ་སྐྱང་དུག་  
ཏུ་དབྱེ་བ་ལས་སྡོད་ཀྱི་ཡུང་སྐྱང་གི་ཆར་གཡང་ཤོད་དུ་གྲགས་པ་གདུང་སེ་ཁྱུང་གི་དབྱ། དེ་ལ་དཀར་ནག་ཁ་གསུམ་  
ལས་ཁ་པོ། དེ་ལ་བྱ་དབྱ་བྱུང་བའི་རིམ་བརྒྱད་མཐར་གཡང་ཤོད་བོད་ར་སྤྱིང་དུ། ཡབ་གྲ་ཟེ་སྐྱེ་དགེ་བན་སྡོན་འབར་  
པོ་དང་། ཡུམ་བྲུབ་ཤི་གཟུང་དགེ་གསུམ་ཁོ་མོ་གཉིས་ཀྱི་སྐས་སུ་རབ་བྱུང་གཉིས་པ་རྒྱ་ཁྱི་ ༡༡༤༡ ལོ་ལ་སྐྱེ་འཁྲུངས་ས་  
ཡོས་ ༡༡༥༤ ལོར་ཐང་སྐྱེ་ཆོད་ཐར་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མཁན་པོ་གསྡོན་ལྷ་ཁང་པ་ཤེས་རབ་ཇོ་ཇེ་དང་། སློབ་དཔོན་  
མཆར་སྡོན་སྡོ་མང་པ་དགེ་འདུན་གྲངས་ཆང་བའི་དབྱས་སུ་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྡོམ་པ་བཞེས་ཏེ་མཆན་ལ་བགྱིས་དཔལ་  
ཞེས་བཏགས། སྐྱེས་ཀྱི་ནང་། སྐྱེ་དང་། སྐྱེ་བྱེད་ལ། གསོ་རིག་འདུལ་བ། ཤར་བྱིན། དབྱ་མ། བྱང་ཆུབ་  
ལམ་སྡོན་སོགས་ཐོས་བསམ་དབྱིས་བྱིན་པར་མཛད། ཇེ་ཕག་མོ་གྲུབ་པའི་སྐྱེན་པ་གསན་ནས་དབྱས་ལ་ཐེངས་བཞིར་  
ཐེབས་བཅིས་གནང་གྱང་བཤོལ་ནས་ཐེབས་མ་སྐྱབ་རུང་མཐར་ཤིང་བྱ་ ༡༡༥༥ ལོར་དབྱས་སུ་ཐེབས་ནས་དཔལ་གྱི་  
གདན་ས་ཕག་མོ་གྲུབ་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་དབེན་ཁོད་འཇག་སྐྱེལ་དུ་ཇེ་ཕག་མོ་གྲུབ་པ་དང་མཛད།

༤། རྒྱ་བ་གསུམ་མཆོམས་ནས་སྐྱེ་ཡི་ཏེ་གནས་མཛད་ཏེ་ཇེ་ཕག་མོ་གྲུབ་པ་སྐྱེ་མ་གཤེགས་བར་མཉེས་པ་  
གསུམ་གྱི་སྐྱ་མར་བསྐྱེད། ཇེ་ཕག་གྲུབ་པ་ལ་གང་བཞུགས་པའི་མདོ་སྐྱེས་བསྐྱེད་ཇོགས་གདམ་དག་དང་བཙས་

པའི་ཟབ་ཆོས་ནམས་བུམ་པ་གང་ཤོས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་མཐོས་ཏེ་ཆོག་ཤང་གཅིག་ཡན་ཆད་མི་བརྟེན་པ་སྒོ་ལ་བཟུང་བས་  
མཐར་མི་བརྟེན་པའི་གཟུངས་ཐོབ། ལྷག་སྟག་ ༡༡༣༠ ལོར་ཕག་གུའི་ཉེ་གནས་སངས་རྒྱལ་སྒོམ་པ། ལྷག་ལུང་དུ་ཐང་  
པ་རིན་པོ་ཆེ་མཇལ་དུ་ཡོང་བར་རྗེ་ཕག་མོ་གྲུབ་པ་དང་། དབྱེར་མེད་པར་གཟིགས་ཏེ་དེ་ནས་བཟུང་སྒྲིའི་ཉེ་གནས་  
མཛད། མཁན་པོ་དགེ་བཤེས་ཤོ་མ་ར་དང་། ལས་སྒྲོབ་མར་པ་བཅོམ་ཐང་པ། གསང་སྟོན་ཞང་སྟོན་སྒོ་མིག་པ་སོགས་  
ལྷ་ཆོགས་སྲུབ་སྟེན་པར་རྒྱུགས་པ་སྟེ་པར་སྒྲུབ་ནམ་མཁའ་རྒྱུང་དང་། དབུ་མ་བྲག་དཀར་ཏིང་འཛིན་རྒྱུང་། སེང་སྤིང་  
བྲག་སྒྲུང་རྒྱུང་རྒྱུང་། འོད་འཛོམས་དམར་ལྷུང་གི་རྒྱུང་། སྤང་དམར་སྒྲུག་པོ་མཛོང་གི་རྒྱུང་། སེ་བ་ལུང་ལྷ་བྲུགས་  
རོལ་པའི་རྒྱུང་བཅས་རྒྱུང་བྲུག་སོགས་ལ་སྒྲུབ་པ་ཡུན་རིང་དུ་མཛད། སྒྲག་གི་བཅའ་ཤོད་དམ་ལ་བཏགས་ནས་དགེ་  
བསྟེན་དུ་བསྒྲུབ། འཁོར་ལོ་སྒོམ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་བཅུག་ནས་དེ་བྱིན་སྟག་ལུང་དགེ་བསྟེན་ཆེན་པོ་ཞེས་གྲགས་  
ལ་རིགས་བརྒྱུད་དང་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྤྱང་མར་བསྒྲོལ། འཁོར་གྲུ་སྒོབ་རྒྱལ་པས་གོང་གི་རི་ཁོད་ནམས་གསུམ་དུ་མ་  
གོང་བར་སྤར་སྒོབ་དཔོན་པར་སྒྲུབ་པའི་དངོས་སྒོབ་མཁན་པོ་ལྷན་ཀྱི་ཤེས་རབ་བཅའ་ཤེས་ཀྱི་ལྷན་པོ་ཞེས་པས་སྒྲུབ་  
པ་མཛད་སྐབས་སྟག་གཅིག་དུ་སྒྲུལ་ནས་བཀྲགས་པས་སྟག་ལུང་ཞེས་གྲགས་པའི་ལུང་པའི་མདའ་རུ་པོ་ཏོ་བ་རིན་ཆེན་  
གསལ་གྱིས་ཆོགས་པ་བསྐྱངས་ནས་བཀྲགས་སྤོང་བའི་སྤྱང་བྲག་པོའི་སྤང་ཞེས་པ། རྗེ་ཕག་མོ་གྲུབ་པས་ལུབ་གཅིག་  
རྩུ་འབྲུལ་གྱི་བཀོད་པ་བཅུ་གསུམ་ཅམ་བསྟན་ཏེ་ལྷ་སྟོན་གདུག་པ་ཅན་དམ་ལ་བཏགས་ཏེ་སྟག་ལུང་གི་ས་ཐམས་  
ཅད་སྟགས་ས། རྩུ་ཐམས་ཅད་སྟགས་རྩུ་བྱིན་གྱིས་རྒྱབས་པའི་ས་དེར་ལྷགས་ཀྱི་ ༡༡༤༠ ལོར་འཇག་སྤྱིལ་གྱི་མང་  
གཞི་དང་། ཞལ་དཀར། མཛོད་ཁང་རྟིང་མ་སོགས་རིམ་གྱིས་འདུ་བྱས་ནས་སྤིང་གི་སྤྱིལ་པོ་ཡང་བཅེགས། ཞམས་  
སྤྱ་ཐེབས་ཁར་ཅོས་ཀྱི་འདམ་སྤང་སྤིང་ལ་ཁར་ཐེབས་ཏེ་མི་བརྟེན་བྱན་པ་གསུམ་གྱི་མགྱུར་བཞེངས་ནས་ཤར་ཕྱོགས་  
ཆོས་སྤྱིད་སྒོ་འཕར་དབྱེ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྒྲིགས། སྤར་སྟག་ལུང་དུ་ཐེབས། དར་ཡུལ་བ་དང་། སྤར་པ་གཉིས་  
འཇུག་པའི་གཡུལ་སར་ཐེབས་ནས་འཇུགས་པ་འདུམ་པར་མཛད་པས་དེའི་དྲིན་གཙོ་བར་དར་སྤར་རོང་གསུམ་ཀ་  
ལྷ་འབངས་སྤྱ་ལྷག་རུང་ཁང་དང་། མཛོད་ཁང་གཙོ་བོ་སྤྱིན་བཀའ་ས་གཉིས་རྒྱབ་སྟེ། ཡ་གི་ཐྱེ་བདག་ནས་མ་གི་  
སྤང་སྤོང་ནམས་ལ་ཁྱད་མེད་ཀྱི་ར་དང་ཅམ་པའི་སྤྱིན་པ་མཛད། ལྷ་སྟོན་དུ་སྒོབ་མ་ནམས་ལ་བྲིད་དང་། ལྷ་སྤང་  
དུ་མཛམས་རྒྱ་གནང་། ཕག་གྲུ་གདན་ས་མཐིལ་དུ་རྗེ་ཕག་མོ་གྲུ་པའི་སྤྱགས་མེད་རྟགས་སྤྱ་ཐེབས་པ་མཛོད་རྟེན་དུ་  
བསྒྲུབས། ས་ཏྲ་ ༡༡༤༥ ལོར་གདན་ས་མཐིལ་དུ་འཇག་སྤྱིལ་དཀྱིལ་དུ་རྩུང་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་མཁར་ལས་འགོ་  
ཚུགས་ཤིང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་བྲག་བསྒྲོས་པའི་སྤར་བྲག་ཕྱེ་བྱེ་རེ་རྩེ་བྱེ་རེ་བཅུ་ལ།

༥༥ འདྲ་སྒྲུ་རིན་པོ་ཆེ་མཐོང་བ་དོན་ལྡན་ནམ་གཉིས་གཙོས་སྤྱ་གསུང་སྤྱགས་རྟེན་གསར་བཙོ་ནམས་ལ་ཞལ་  
ཏྲ་དང་རྩུ་ཆ་སོ་སོར་ཡོན་གྱི་རྩེན་སྤར་ནས་རབ་གནས་མཐར་རྒྱས་སྤྱ་མཛད། གསེར་དབུལ་གྱི་གསུང་རབ་པོད་བདུན་  
བརྒྱ་དང་སྤྱ་པོད་མང་པོ་དང་། མཛོད་ཐེབས་སྤྱ་གསེར་ཏི་དང་གཡུ་རྒྱུ་ལྷ་བཅུ། ར་སེག་དབུག་ཅུ། དར་བཅའ་ཡུག་  
སྤོང་ཆོ་གསུམ། མཛོད་བརྒྱ་སྤྱག་མང་པོ་དང་། ལུབ་གཅིག་ལ་གསེར་སྤང་བརྒྱའི་རིན་ཐང་ཅན་གྱི་མར་མེ་མཛན་



འབར་ཉིས་བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུ་དང་། ར་ཚུལ་དང་ཚ་ཚུལ་བཅུགས། དེ་ནམས་ཀྱི་རྟེན་དུ་ཞིང་མིག་ཉིས་བརྒྱ་མོགས་སྟུང་།

གདན་ས་ཆེན་པོ་དེའི་སློབ་མའི་ནང་ཕྱག་རྒྱེས་ཆེ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་མཐར་ཕྱིན་སྟག་ལུང་པ་ཞེས་ཁོང་གིས་བྱ་སློབ་བརྒྱད་འཛིན་ནམས་ཀྱང་ཕྱི་གསུམ་ཡོད། གསུང་སྟེན་གྱི་སློབ་མ་རང་མཉམ་བརྒྱད་དང་། གདམས་ངག་རྒྱུགས་པར་ཐོབ་པ་གསུམ། ཐུགས་ཀྱི་སྤྲུལ་བཞི། ལྷ་སྒྲ་མི་དགོས་པ་གསུམ། ཉེ་སྤྲུལ་བཅོ་བརྒྱད་ཁྱད་འཕགས་མཁས་གྲུབ་ནམ་གསུམ་མོགས་ཡོད་ལ་རང་མཉམ་བརྒྱད་ནི། སྟུ་ཡལ་བ་རིན་ཆེན་མགོན་པོས་སྟག་ལུང་གི་གདན་སར་ཆོགས་པ་ལྷ་སྟོང་སྟོང་། རྒྱ་ནག་སྟོང་འཁུན་རྒྱལ་ཁབ་ཏེ་ཁོ་ཡོ་མཁན་ཆན་གྱིས་གྲུ་པ་བདུན་བརྒྱ་སྟོང་། རྒྱ་བོད་མཆོམས་ན་རྟོགས་ལྷན་སྤྲུལ་དངོས་ཀྱིས་གྲུ་སློབ་ལྷ་བརྒྱ་སྟོང་སྟེང་། འངར་ར་སྟུག་པོའི་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཨ་ཆོད་ཞིག་པོས་གྲུ་སློབ་འབུམ་ཆོ་གསུམ་སྟོང་། གཡང་སྟུ་ཅུ་མཆེད་བརྒྱད་ཀྱི་ཞོལ་དུ་རྩེ་རྩེ་དགོན་པ་ཆེན་པོས་གྲུ་སློབ་བདུན་སྟོང་སྟོང་། ཕུ་འཕོར་གད་སྟུ་ན་འངར་དབྱངས་རིམ་མེས་གྲུ་སློབ་སུམ་བརྒྱ་སྟོང་། མི་ཉག་སྟུ་ན་ག་ཏང་དགའ་བས་གྲུ་སློབ་ལྷ་བརྒྱ་སྟོང་། ཡལ་སྟོ་ཤོད་ན་རོ་རི་རས་པས་སྟོང་དང་ཉིས་བརྒྱ་སྟོང་བ་ཏེ་བརྒྱད་དོ།

གདམས་ངག་རྒྱུགས་པར་ཐོབ་པ་གསུམ་ནི། ལ་སྟོད་བྲག་ནག་ན་མེང་གེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གྲུ་སློབ་སུམ་བརྒྱ་སྟོང་། མདོ་ཁམས་ན་རས་ཆེན་འཕོར་སྟོམ་པས་གྲུ་སློབ་སུམ་བརྒྱ་སྟོང་། ཤར་མེ་ཉག་གི་ཡལ་དུ་སུམ་བྱ་གཞེར་ཆོང་བས་གྲུ་སློབ་ཅིས་ལས་འདས་པ་སྟོང་བ་སྟེ་གསུམ་མོ། ཐུགས་སྤྲུལ་བཞི་ནི། གདན་ས་ཉེ་བས་རི་ཁྲོད་གང་ཅུང་དུ་བཞུགས་པའི། ལྷ་མ་སྟེ་འབྲུག་གྲུ་སློབ་ཉིས་བརྒྱ་ཅམ་སྟོང་། དམ་པ་དགའ་སྟོན་པས་མི་ཆེ་གཅིག་རིང་སྟུབ་པ་ལ་གཞོལ། འཕོ་སྟོ་བཅུན་མི་ལོ་དྲུག་ཅུར་སྟུབ་པ་བཞུགས།

༥། རོ་བོ་ར་འབུལ་གྱི་བྱག་སྟོ་འདག་སྟུར་མཛད་དེ་ལོ་བཞི་བཅུར་བཞུགས་པ་ཏེ་བཞེའོ། ། ལྷ་སྒྲ་མི་དགོས་པ་གསུམ་ནི། གཙང་རོང་ཤངས་ཀྱི་ཡལ་ན་ལྷ་མ་ཨོ་ཤ་བས་གྲུ་སློབ་ཉིས་བརྒྱ་སྟོང་། འོན་གྱི་ཅི་ཡང་ན། ལྷ་མ་ཅི་ཡང་པས་གྲུ་སློབ་འགའ་ཞིག་སྟོང་། སྟེ་མོ་ན་མཛེ་སྟོམ་དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་པ་རང་གྲོལ་གྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་ཀྱིས་མཁྱེན་པའི་ཅ་མདུད་གྲོལ་ཞིང་སྟུ་བྲགས་རོ་རྩེའི་མཁུར་དུ་ལེན་པ་ཏེ་གསུམ་མོ།

ཉེ་བའི་སྤྲུལ་བཅོ་བརྒྱད་ནི། རྒྱ་གར་རོ་རྩེ་གདན་གྱི་མཁན་པོ་མ་ཡོ་སྟོམ་ནག་གིས་ལི་སྟུ་ཆོགས་ཀྱི་སྟག་ལུང་ཐང་པའི་སྟུ་འབུམ་ཐེར་གཅིག་བཞེངས། ཅུ་ཐོག་དུ་ཀོམ་པོ་སྟོམ་ནག་གིས་གྲུ་སློབ་བརྒྱ་ཅམ་སྟོང་བ་དང་། སྟག་ལུང་དུ་གྱུར་གྱུམ་པམ་འབྱེད་བྱས་སེམས་ལའི་མིང་ན་ལྷ་མ་ལྷག་གིས་གྲུ་སློབ་སུམ་བརྒྱ་སྟོང་སྟེང་། གནས་ར་ལྷོ་རར་དགོན་པ་མ་ནི་པས་གྲུ་སློབ་བདུན་ཅུ་སྟོང་། ཅུབ་ཕྱོགས་ཨོ་རྒྱལ་དུ་བྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་སྤྲུལ་པའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས། ཨ་སྟུ་རའི་བྲག་སྟུག་དུ་ལྷ་མ་མང་དགའ་བ་སྟུབ་པ་ཐོབ། སྟེད་རོང་དུ་ལྷན་མ་ལྷ་ཆེན་པོ་བཞུགས། རིའུ་སྟང་ན་སྟུབ་ཐོབ་རིའུ་སྟང་པ་བཞུགས། བྲག་དགའ་རྟ་སོར་རྟོགས་ལྷན་ན་རལ་པས་གྲུ་སློབ་བདུན་བརྒྱ་སྟོང་། ལ་སྟོད་ཐང་ཅུང་ན་རིན་ཆེན་དབུས་པས་གྲུ་སློབ་བདུན་བརྒྱ་སྟོང་། སྟན་མོ་ན་ཆེན་རོང་སྟོང་ཞིག་པོས་གྲུ་སློབ་ཉི་ཤུ་སྟོང་། གཙང་རོང་ན་རྟོགས་ལྷན་ལྷ་ནག་པ་བཞུགས། སྟོད་ལུང་ན་མཆོད་གནས་དགའ་པོ་འོག་ན་སྟུ་པ་རྒྱང་བྲི་བཞུགས། དཔལ་ཚུ་པོ་

སྒྲ་འཛོམས་སྒྲུབ་ཅིག་ཆེད་དེ།

འི་ར་སངས་རྒྱལ་སྒྲོམ་རས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲོབ་བདུན་བརྒྱ་སྟོང་། ཟུན་ཟུན་དབྱ་མ་པ་ཆེན་པོ་གཤམ་རབ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་ཞབས་  
འབྲིང་མཛད་པ་ཏེ་བཙེ་བརྒྱད་དོ།

བྱད་འཕགས་མཁས་གྲུབ་རྣམ་གསུམ་ནི། དཔལ་འཁྲི་གྲང་པ་ཆེན་པོ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་མགོན་པོ་འམ་  
 སྟོབ་པ་རིན་ཆེན་དཔལ། འབྲུག་ར་ལུང་པ་ཆེན་པོ་གཙང་པ་རྒྱ་རས་སམ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྩེ། མཁན་གྲུབ་ཆེན་པོ་བྱམས་  
 པ་དཔལ་གསུམ་མོ། ཞལ་ལྷ་ཡང་བྱང་འབམ་རོམ་གྱི་གདན་ས་པ། གོང་མའི་ཉི་ཤུ་འགྲོ་མགོན་རས་ཆེན་དང་། ལྷ་མ་  
 བཀ་པ། ལྷ་མ་མཁས་པ་ཆེན་པོ། ཉེ་པོ་མཐུ་སྟོབས་མགོན་པོ། གཉལ་གྱི་སངས་རྒྱས་རྒྱས་རེད་སྟོན། རྒྱལ་བ་གངས་པ་  
 སོགས་སྟོབ་ཆོགས་བསམ་བཤེད་ལས་འདས་པ་བྱུང་། མཐར་དགུང་ལོ་དྲུག་ཅུ་ཅ་བརྒྱད་པ་རབ་བྱུང་བཞི་པ་ས་སྟུལ་  
 ༡༧༠༧ ལོར་བྱ་ངན་ལས་འདས་སོ། རྣམ་ཐར་རྒྱས་པ་མཐོང་འདོད་ན་སྐྱེ་ཡལ་བ་དང་སྟོམ་པ་ཚུལ་བྱིས་པས་མཛད་  
 པའི་རྣམ་ཐར་དང་། རྩེ་བཟ་ཤིས་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་མཛད་པ་དང་། ལྟོ་རིང་ཆོས་འབྱུང་། ཞབས་བྱུང་དག་དབང་  
 རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་ཐར་མོས་གྲུས་གྱི་སྟེ་མ་སོགས་ལས་ཤིས་པར་བྱའོ།

ཐུ་འགོད་”

## གཏེར་ཆེན་མཆོག་གྲུར་བདེ་ཆེན་སྤིང་པའི་ནམ་ཐར་མདོར་བསྟུས།

འཇམ་མགོན་ཀོང་སྤྱུལ་སྒོ་གྲོས་མཐའ་ཡས།

ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པའི་སྤྱགས་ཀྱི་སྤྱུལ།  
གཏེར་འབྲིན་གྲུབ་ཐོབ་རྒྱ་མཆོའི་འཁོར་ལོས་མགོན།  
ནམ་ཐར་བསམ་ཡས་སྤྱིགས་དུས་བསྟན་འགྲོའི་མགོན།  
མཆོག་གྲུར་སྤིང་པའི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

དཔལ་ལྷའི་སྤྱུལ་པོ་དམ་འཛིན་སྤྱ་རུབ་བཅད་པོ་ཡི་ཤེས་རྩལ་པ་ཅལ་གྱི་ནམ་འབྲུལ་འབྲན་ཟླ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱུལ་པའི་  
གཏེར་ཆེན་མཆོག་གྲུར་བདེ་ཆེན་ཞིག་པོ་སྤིང་བ་ནི།

ཨོ་རྒྱན་ནི་མེད་ཀྱན་དགའི་གཏེར་ལུང་ལས། ཡོར་སྟོད་གྲ་ཡི་ལ་བར་དུ་རྩྭ་ཨོ་རྒྱན་མཆོན་འཆང་བུ་མཆོག་གི་  
གཏེར་ཆོས་ལ་ལོངས་སྟོད་པུ་ཆོས་བདག་པསྤའི་སྤྱགས་སྤྱུལ་འབྱུང་ཞེས་པ་དང་ཆོག་དོན་མཆུངས་པ་རོང་སྟོན་པསྤ་  
བདེ་ཆེན་སྤིང་པའི་ལུང་ལས་ཀྱང་འབྱུང་ཞིང་།

རྩྭའི་སྤྱི་ལུང་མ་འོངས་ཆོས་བདག་ཉེར་ལྷའི་གས་སུའང་། འོར་བུའི་མིང་ཅན་ཁམས་ཀྱི་ལྷོ་ཕྱོགས་འབྱུང་ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་པ་ལྟར། མདོ་ཁམས་ལྷོ་རྒྱུད་ཡོར་སྟོད་དང་འབྲེལ་བར་སྟོམ་སྟེ་གྲ་ནང་གི་སའི་ཆར་ནང་ཆེན་  
ཆིང་རུའི་ལྷོན་པོ་ཨ་ལྷགས་འབྱུང་འཁྱའི་རིགས་ཡབ་སྟོམ་པ་སྤྱགས་འཆང་པསྤ་དབང་བྱུག་དང་། ཡུམ་ཆེ་རིང་གཡང་མཆོ་  
གཉིས་ཀྱི་སྤྱུལ་སྤྱ་ས་མོ་སྤྱང་ལོ་རྒྱུ་སྟོད་ཟླ་བའི་ཆོས་བཅུ་ལ་འཇམ་འོད་སྟོགས་ལྷས་བཟང་པོ་དང་བཅས་ཏེ་འཁྱུངས།  
སྤྱ་རྒྱུང་དུ་ནས་དམ་པའི་སྟོད་པ་རོ་མཆར་བ་བསྟན་ཅིང་ཡི་གེ་འབྲི་སྟོག་ཀྱང་ཆོགས་རྒྱུང་དུས་མཁྱེན། ཟླ་དྲུགས་ཀྱི་  
མཆོན་འོར་བུ་བསྟན་འཛིན་དུ་གསོལ། གཞན་གྱིས་སྤྱུལ་བ་པོ་མེད་པར་སྤྱགས་དམ་གྱི་རིམ་པའང་མང་དུ་མཛད། ལྷོ་  
ཀྱན་བཟང་མཆོག་སྤྱུལ་ལ་གཙུག་སྤྱད་སྤུལ་བས་མཆོན་དཀོན་མཆོག་བསྟན་འཛིན་དུ་བཏགས། ཕྱིས་ཀྱི་བར་ཡོངས་  
གྲགས་ཀྱི་མཆོན་འདི་ཡིན་པ་དཀོན་མཆོག་གི་ལེགས་སྤྱར་རྩྭ་ཞེས་པ་གོང་གི་ལུང་དོན་དང་འགྲོར་བ་ཡིན་ནོ།

དགྲངས་ལོ་བཅུ་གསུམ་པར་མ་ཁི་ཁ་ཞེས་པར་རོལ་ཅིང་དུ་བྱོན་སྐབས་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེ་དངོས་སུ་བྱོན་ནས་  
ས་ཆ་སྟོགས་ལ་ཅི་མིང་ནི་བ་ལྟར་མཛད་པ་ལ་སོ་སོར་ལན་ཞུས་པས། ས་ལ་མ་ཁི་ཁ། རྩྱུང་ལ་འོར་བུ་བསྟན་འཛིན།  
ལུང་པ་ལ་ཨ་རྒྱ་ནང་ཟེར་བས་རྩྱུང་ལ་འཛིན་ཉེན་ན་ཞུད་པར་འཕགས་པ་འོང་ཞེས་ལུང་བསྟན་ནས་འཇམ་ལྷུང་ཡལ།

དེའི་སྐབས་སྐབས་ལུང་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་དགེ་ཚུལ་གྱི་སྒྲུབ་པ་བཞེས། དཔལ་པོ་བརྒྱད་པ་གཙུག་ལག་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་  
པོས་སླ་མ་དགོངས་འདུས་སྐྱབས་སྐྱབ་ཆ་བ་དམར་ཐག་དང་ལས་བྱང་མེ་ཉྑལ་སྤེང་གྱི་དཔེ་ལུང་བྱིན་རྒྱལ་ལ་འཇུག་ཏུ་  
གནང་ནས་འདི་ལ་ཉམས་བཞེས་མཛད་ན་ལེགས་པར་གདམས་ཤིང་དོན་གྱིས་གཏེར་བརྒྱད་དུ་གཏད། རྩ་བྱིར་རྒྱལ་  
དབང་ཀར་འབྲུག་ཡབ་སྲས། འབྲི་གུང་མཆོག་སྤྱུལ། ཟུར་མང་མཁན་སློབ་སྟོན་ཡོངས་འཛིན་དུ་མ་ལས་མདོ་སྟགས་  
གསར་རྟེན་གྱི་དབང་ལུང་མན་དག་བཤད་རྒྱུན་བྱས་ལེན། ཀར་ཐིག་དབྱངས་རྩོམ་སྟོན་མཐའ་ཡས་པ་གསན་ཅིང་  
དེའི་དོན་ཆོགས་རྒྱུ་དུས་ཤིན་ཏུ་མཁས་པའི་རྒྱལ་བསྟན། དགུངས་ལོ་ཉེར་ལྔ་པར་གྱུ་བུའི་ལུང་གིས་བསྐྱེད་པ་ལྟར་  
དཔལ་སྤྲུངས་གྱི་གདན་སར་བྱོན་ནས་རྒྱ་སྤང་ཆོ་འཕྲུལ་སྒྲ་བར་སི་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་བསྒྲུ་ཉིན་བྱེད་དབང་པོ་མཛུལ། སུར་  
པ་དབང་ཆེན་བཞེད་པ་སྟོན་སྐུལ་བས་དགྲེས་བཞེས་དོས་བར་ཆད་སེལ་བ་དང་། ཞབས་པད་བརྟན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་  
འགྲིགས། གཏེར་སྐྱབ་དང་གསང་རྒྱ་མཐར་བྱིན་པ་དགོས་པའི་བསྐྱབ་སྟོན་ནང་མ་བཅུལ་བ་ནི། གསང་ལུང་ལས། དེ་  
དུས་ཆོས་བདག་རི་ལྟར་འབྱུང་བ་ནི། གསེར་ལྷན་འབབ་པའི་གཡོན་འགྲམ་དཔལ་རིའི་སྒྲོལ་ལྷ་གསུང་སྐུལ་པ་སྒྲ་  
ཉིན་བྱེད་ཅེས། རྒྱལ་བའི་གདུང་འཆོབ་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་མཆོན་བརྟན་པར། དུས་མཐའི་སྐབས་དུ་སྟོན་མེ་འཛིན།  
ཆོ་སྐྱབ་མཐར་བྱིན་བརྒྱུད་ཅུ་ཙུ་ལྟ་བུ། རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་འགྲིགས་དགྱེ་བརྟན་པ་འཛིན། ལྷ་སྐྱེས་ཉིད་གྱིས་  
ཉེར་ལྷའི་དུས་སྐུ་མཛུལ། སྐྱ་གསང་མེད་པར་སྒོ་གཏད་དེ་བྱ་སྒྲོལ་དེ་ན་མ་བསྐྱེད་སྐྱབ་སྐྱབ་རྟེན་འབྲེལ་མང་ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཅ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྐྱ་ཁ་མ་ལོག་པའོ།

དེ་ནས་རིམ་པར་མཁན་ཆེན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་སྒྲ་བཟང་སྐུལ་པའི་སྐུ་ལས་བྱང་རྒྱལ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་  
པ་སྟོན་ཟབ་ཆོས་འགའ་ཞིག་དང་། ཁོ་པོ་ལས་ཀྱང་སྐྱབས་ཆེན་བདེ་གཤེགས་ཀྱན་འདུས་གྱིས་ཐོག་བྱངས་སྐུ་འཕྲུལ་  
ཞི་ཁྲིའི་དབང་དང་བཤད་བཀའ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་རྟེན་མ་བཀའ་མ་སལ་མོ་ཆེ་དང་། གཏེར་ཆོས་མང་པོ་གསན། བྱང་  
པར་རྟེན་འབྲེལ་མདོ་ཆེངས་ལས། ཉམ་མཁའ་མཛད་དུ་སྐྱས་པའི་ཟབ་གཏེར་རྣམས་མི་བཞག་འདོན་པའི་སྐྱེས་བུ་སྟོན་  
ལམ་ཅན་ལྷ་སྐྱེས་ཁྲིད་གྱི་སྐྱེ་བའི་ཐ་མ་འབྱུང་དེ་དུས་ལོ་པམ་རྩེ་འབངས་སལ་ཆེར་འཛོམས་ལྷ་བྱང་པར་མངའ་བདག་  
ཡབ་སྲས་མཛུལ་ནས་སྐྱུ་གཅིག་གྲོགས་གཅིག་བྱེད་ལས་འཕྲོ་རིམ་པར་སད་དེ་ལོ་གདམས་པ་མཐར་སྐྱབ་རྣམས་དང་  
མཛུལ། དག་པའི་སྤང་བར་ད་ཉིད་དངོས་དང་འཕྲད། གསང་སྟགས་གདམས་པའི་ལག་ལེན་དམར་བྱིད་སྟོན་རང་  
ཉམས་སྤངས་པས་འབད་མེད་བྱུབ་པ་ཐོབ། དངོས་བྱུབ་བརྟེས་པའི་སློབ་མ་མང་དུ་འབྱུང་ཞེས་སྟོན་ལུང་བྱང་བྱི་  
ནང་གསང་བ་མང་པོས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ལྟར། ལོ་དེའི་དབྱུག་པ་སྒྲ་བར་གངས་ཅན་མཁས་བྱུབ་རྒྱ་མཆོའི་གཙུག་རྒྱན་  
སྐབས་བསྟན་ཡོངས་རྟོགས་གྱི་མངའ་བདག་རྩེ་སྐྱ་མ་འཛུལ་དབྱངས་མཁྱེན་བཅའི་དབང་པོ་མཛུལ་བར་ཆེད་གྱིས་ཐེབས་  
པ་ན། རྩེ་ཉིད་ནས་ཀྱང་མངའ་བདག་སྐྱེས་རབས་རིམ་པར་བརྒྱུད་པའི་འབྲེལ་བར་དགོངས་ནས་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་སྐྱར་པ་  
ཡང་གསང་སྐྱུ་གྱི་དང་བྱིས་མཁོན་ལུགས་སུར་པའི་དབང་ཆེན་སྐུལ་བས་བྱི་ནང་གསང་བའི་བར་ཆད་བསལ། ཡང་ཉིག་  
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་དབང་གི་སྐབས་སྐྱ་མ་པམ་ཆེན་བུ་མ་དངོས་སྐྱ་གཟིགས་པ་སྟོན་དག་པའི་སྤང་བ་བྱང་པར་

ཅན་ཤར་ཅིང་རིག་པ་རྩོམ་པར་ངོ་འཕྲོད། སྤྲུལ་སྤྲུལ་མའི་ཤོག་གཏང་སྐབས་ས་གཡོ་བ་ལྟ་བུའི་ཟེལ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཞིང་  
 ཨ་ཀ་རྩོམ་པའི་དངོས་སྤྲུལ་གཟིགས་ཆར་ལ་ལོ་གསུམ་གྱི་མཆོམས་དངོས་སྤྲུལ་ཆེན་པོ་སྦྱོན་པར་གསུངས་  
 པ་ཕྱིས་རྩོགས་ཆེན་སྡེ་གསུམ་ཐོན་པའི་སྡེ་ལྟས་སོ། དགྲུངས་གྲངས་ཉེར་བདུན་ཤིང་ཡོས་དབྱུག་པ་སྐྱབས་ཡང་དག་ལྟ་  
 དགྲུའི་དབང་ཆེན་གནང་སྐབས་སྐྱེ་མ་ཉེ་རུ་ཀ་སྦྱི་བོ་ནས་ཐིམ་པའི་ཉམས་ཤར་བས་སྦྱིང་ཁའི་རྩ་མདུད་གྲོལ། དེ་ནས་རྩོ་  
 རྩའི་མགྲར་སྤྱོད་ཐོགས་མེད་དུ་བརྩོམ། སྡོན་ཆད་སྤྲུལ་སྦྱབ་བར་ཆད་ཀྱན་སེལ་གྱི་བརྩོམ་ཡིག་རིམ་བཞིན་མ་ཁོལ་བའང་  
 ཆོགས་མེད་མཆུན་ཉེ། རྩོ་སྐྱེའི་ཟབ་གཏོར་སྤྲུལ་སྦྱབ་བདེ་གཤེགས་འདུས་པ་དང་དོན་གཅིག་པ་མ་ཟད་ཆོག་རིས་  
 སེལ་ཆེར་ཡང་མཐུན་པར་བྱུང་བས་ནམ་གཉིས་ལྟན་རྒྱས་པས་མ་བུ་བྱུང་བརྩེབས་གྱི་ཚུལ་དུ་བར་ཆད་མེད་པར་གཏན་  
 ལ་སབས། གཏོར་སྦྱབ་ཀྱང་ལྟན་གཅིག་དུ་མཛད་པས་གྲུ་རུ་ཡབ་ཡུམ་གྱིས་དངོས་སྤྲུལ་རྩོམ་སྤྲུལ་བྱུང་བ་སོགས་དག་པའི་  
 སྦྱང་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཤར། གཏོར་ཁ་དུ་མའི་ཁ་བྱང་ཐེབས་པ་སོགས་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་སྒོ་མང་པོ་འགྲིགས། གཅིག་ལ་  
 གཅིག་སྤྲུལ་ཡིད་ཆེས་པས་རྩོ་མས་ཀྱང་གཏོར་གསར་གྱི་སྦྱོན་གྲོལ་བདུད་རྩི་བཞེས་ཤིང་མངའ་གསོལ་བས་རྩོད་  
 མེད་ཡོངས་གྲགས་གྱི་གཏོར་ཆེན་ཉེ་སྐྱེ་ལྟར་གྱུར། རྩོ་རང་གི་གསུངས་ལས། ཐོག་མར་བཀའ་རིན་ཆེ་བའི་ཡོངས་འཛིན་  
 བཞི། ཞེས་གསུངས་པ་ནི། ཕྱི་སོ་ཐར་གྱི་མཁན་པོ་སྤྲུལ་ཡུང་པ་དག་དབང་བསྟན་པའི་ཉེ་མ། བྱུང་བའི་སེམས་གྱི་དགོ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་སྐྱེ་སྤྲུལ་ཀམ་ངེས་དོན་བསྟན་པ་རབ་རྒྱས། གསང་བ་སྤྲུལ་གྱི་རྩོ་རྩོམ་དཔོན་པསྐྱེ་གར་དབང་  
 སྒོ་གྲོས་མཐའ་ཡས། མཐར་སྤྲུལ་ངེས་པ་དོན་གྱི་རྩ་བའི་སྐྱེ་མ་པསྐྱེ་འོད་གསལ་མདོ་སྤྲུལ་སྦྱིང་པ་ནམས་སྤྲུལ་བཞེད་པ་  
 སྤྲུལ་སོ་སོ་ལ་གཏན་ཆོག་ཡོད་པར་སྦྱང། ཡར་འཁྲིལ་དབེན་པའི་གནས་སྤྲུལ་ཡང་ཟབ་དཀོན་མཆོག་སྦྱི་འདུས་སྦྱི་འདུས་  
 གྱི་བསྟེན་སྦྱབ་ལ་བཞུགས་པས་ཐོག་བྱངས། གྲུ་རུའི་ཡུང་བཞེན་འོག་མིན་ཀམ་ལོ་གསུམ་གྱི་བཅད་རྒྱར་བཞུགས་པ་  
 གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སྤྲུལ་དམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་བཅོན་ཞིང་བསྐྱེད་རྩོགས་རྩོགས་པ་ཆེན་པའི་ཉམས་བཞེས་མཐར་ཕྱིན་  
 པར་མཛད་པས་གྲུབ་པའི་ཉམས་མཆོན་མཐའ་ཡས་པ་མདོན་དུ་གྱུར། ཕྱིན་ལས་ནམ་པ་བཞེར་རང་དབང་བསྐྱུར་བའི་  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོར་མདོན་སྤྲུལ་དུ་ཆད་མས་གྲུབ་པའོ། བྱུང་པར་རྩོགས་ཆེན་སྡེ་གསུམ་གྱི་ཡུང་བསྟན་ལས། བཀའ་  
 བས་བཀའ་བརྒྱུད་བར་མ་ཆད་མངའ་བདག་ཡབ་སྲས་སྐལ་བར་བབས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བསྟན་པའི་བཅས་ཆེན་བྱས་སྤྲུལ་  
 ཟབ་རྒྱས་ཉེ་འོད་སྤྲུལ་པར་བརྩམས་ཞེས་སོགས་མང་དུ་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡབ་སྲས་ནམ་འཕྲུལ་གཏོར་ཆེན་ནམ་པ་གཉིས་  
 ལ་སོ་སོར་བཀའ་གཏོར་དག་སྦྱང་གསུམ་ལས་ཕྱེ་བའི་ཟབ་ཆོས་གྱི་བཀའ་བབས་བདུན་དང་ལྔན་པ་སྟེ།

འདིར་དང་པོ་ནི་རིང་བརྒྱུད་བཀའ་མ་དེང་སང་རྒྱུན་བཞུགས་པ་སེལ་ཆེར་གསན་ཅིང་མདོ་སྤྲུལ་སེམས་གསུམ་  
 གྱི་འཆད་སྤེལ་ཡང་མང་དུ་མཛད་པར་མ་ཟད་རྩོ་ཉིད་གྱི་ཟབ་གཏོར་ལས་མདོ་དང་སྤྲུལ་སོགས་བཀའ་མའི་གཞུང་  
 རིམ་ལྟར་བའི་ཆོས་སྐད་གྲུབ་མཐའ་སྦྱོང་རྒྱས་པའི་སྡོན་མེད་ངོ་མཆར་ཅན་ཕྱོད་པ་ནམས་ཀྱང་དོན་དུ་བཀའ་མའི་བཀའ་  
 བཅས་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་རང་སྐལ་སའི་གཏོར་ནི། དགྲུངས་ལོ་བཅུ་གསུམ་པར་བྲག་དཀར་རྩོད་རྒྱུད་ནས་ལྟ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དམ་



སྐྱབ་ཐབས་ཉེར་བཞི་དང་དགོངས་འདུས་བཀའ་ཉལ་སྡོམ་རྩི་ཐོད་པ་མེ་ལོང་ནམས་བཞེས་པ་ནས་བཅུམས། དགྲངས་གངས་སོ་དགྲ་པར་རྩི་སྒྲ་མས་ཁ་བྱང་ཞབས་བསྐྱལ་ཕུལ་བ་ལྟར་ཅི་ཀེ་ལོར་བྱ་སྐྱབ་གསུམ་ནས་དམ་ཆོས་ལོར་བྱ་སྐྱོར་བདུན། ཀྱ་རུའི་སྐྱ་ཆབ། སེང་སྐྱོག་སྐྱ་ཁྱབ་ནམས་སྐྱབ་དངས་པའི་བར་མཆོག་གཏེར་སུམ་ཅུ་ཆ་བདུན་དང་། སྐྱགས་ཡང་རྩོད་ནས་ཞི་བྱེད་སྐྱོར་བདུན་བཅས། དེ་དག་གི་ཁ་བྱང་ཡང་བྱང་གནད་བྱང་སྒྲིང་བྱང་ལ་སོགས་པ་དང་རྩིས་གཏེར་ཕན་ཆོགས་ནི་མང་དུ་བཞེས་པ་ལས། གཙོ་ཆེ་བ་རྒྱ་ཉིད་ཁ་ལ་རོང་སྐོ་ནས་སྐྱགས་སྐྱབ་བར་ཆད་ཀྱན་སེལ། བྱ་བྱེད་རྩོད་ནས་སྐྱགས་རྩི་ཆེན་པོ་པར་གཙུག་ཏྲ་ལོག་མེན་ཀམ་འི་རྒྱབ་ཕྱོགས་ནས་སྐྱགས་དམ་ཟབ་པ་སྐྱོར་བདུན། ཡེ་རྒྱལ་ནམ་མཁའ་མཛོད་ནས་དེའི་ཆ་ལག་རྒྱུད་ལུང་གི་སྐྱོར་ནམས་དང་། ཆ་བའི་སྐྱགས་སྐྱབ་དགོངས་པ་ཀྱན་འདུས། སྐྱ་ཆབ་ནམ་གཉིས་སོགས། སྐད་ཤོད་ངམ་ནང་པར་ཤེལ་སྐྱག་ནས་དམ་ཆོས་རྩིགས་པ་ཆེན་པོ་རྒྱ་ཆེ་བ་སྤེལ་སུམ། སེང་ཆེན་གནམ་བྲག་གི་བྲག་རི་གོང་མོ་འོག་མ་ནས་དམ་ཆོས་ཤོག་སྤེལ་དུག་པ། མཁའ་འགོ་འབྱུང་རྩོད་ནས་སྐྱགས་རྩི་ཆེན་པོ་པར་སྐྱོར་འབྱུང་ལ་བྱང་འཁོར་བ་དོང་སྐྱགས། ཀམ་དབལ་དེའུ་ནས་མ་མོ་སྐྱེ་འདུས། ཀེ་ལ་ལོར་བྱ་སྐྱབ་གསུམ་ནས་རྩི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་ལུང་བཞེན་སྐྱགས་སྐྱབ་ཡིད་བཞེན་ལོར་བྱ། ཡེ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཕྱོགས་གཡུ་འབལ་བྲག་ནས་བཀའ་བརྒྱུད་བདེ་གཤེགས་ཀྱན་འདུས། ཟབ་པ་རྩིགས་ཆེན་གསེར་ཁྱེན་དང་། རོང་མོ་དཀར་མོ་སྐྱག་ཆང་ནས་སྐྱགས་སྐྱབ་རྩི་ཐོད་དག་ཅལ་དང་སྒྲིང་པོ་སྐྱོར་ལ། རུ་དམ་གངས་ཁོད་ནས་བདེ་མཆོག་སངས་རྒྱས་མཉམ་སྦྱོར་ནམས་མཆོན་པ་ཅམ་སྤེལ་གཏེར་གནས་རེ་རེ་ནས་ཀྱང་ཆོས་དང་དམ་རྩིས་སྐྱ་ཉིད་ཕྱག་མཆོན་ནམ་གངས་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་བྱོན་ཅིང་། དེ་དག་པལ་ཆེར་ཁོམ་གཏེར་དུ་མཛོད་པས་ཀྱན་གྱི་དབང་པོའི་སྦྱོད་ལུའ་ཅོད་པ་དང་བལ་བར་རྒྱུ། མདོར་ན་སྐྱ་གསུང་སྐྱགས་ཡོན་ཏན་ཕྱིན་ལས་གྱི་གནས་གཏེར་མདོ་བྱང་བཞེས་ཏེ་དེ་དག་གི་ཆ་བ་དང་ཡན་ལག་ཏུ་རྒྱར་པའི་གནས་ཞལ་གསར་དུ་སྐྱང་བར་མཛོད། ཀྱ་རུའི་སྐྱ་ཆབ་གྱི་རིམ་པ་གསུམ་ཅམ་གཏེར་ནས་སྐྱབ་དངས་ཏེ་སྐྱ་ཆབ་གཉིས་པ་མང་དུ་འཕེལ་བར་མཛོད་པ་སོགས་ངོ་མཆར་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བོ།

གསུམ་པ་དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་ཡང་གཏེར་ནི། རྩི་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་གོང་མ་གཏེར་ཆེན་སངས་རྒྱས་སྤྱིང་པའི་གྲར་བྲག་རྒྱུ་དམར་སྒྲིང་ཐིག་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་སྒྲོབས་ལས་བཀའ་བབས་པ་དང་། མཁའ་འགོ་ཀྱན་དགའ་འབྱུང་པའི་མ་རྒྱུད་གསང་བ་ལམ་ཁྱེར་ཉེ་བརྒྱུད་དུ་བཀའ་བབས་པའི་སྤྱིན་གྲོལ་ཁོ་བོ་ལ་སྐྱལ།

བཞི་པ་ཟབ་མོ་དགོངས་པའི་གཏེར་ནི། རྩི་བཙུན་སྒྲོལ་མས་ལེགས་སོ་གསུམ་གྱི་དབྱགས་དབྱུང་བསྐལ་བ་ལ་བཞེན་སྒྲོལ་མའི་ཟབ་ཏིག་གཏན་ལ་པབས།

ལ་པ་དེ་ལས་འཕྲོས་པའི་རྩིས་དྲན་ནི། རྩི་ཉིད་གནུབས་ཁུ་ལུང་པ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོར་འཁྱུངས་པའི་སྐབས་ཀྱི་སྤོན་གནས་དྲན་པ་ལས་གནུབས་ཆེན་འདའ་དཀའ་ཞལ་ཆེམས་ལུང་རྩི་ཐོད་པའི་གདམས་པ་གནང་བ་དང་། གནུབས་ཀྱི་ཁ་ཕོ་བཅས་མདོ་ཅམ་ཡི་གེར་བཀོད་པ་དང་། རུ་ལུའི་འབྲེན་སྐྱངས་དང་གར་གྱི་ནམ་འཁྱར་མཐའ་གྲས་པ། སངས་རྒྱས་སྤྱིང་པའི་སྤོན་གནས་རྩིས་དྲན་ལ་བཞེན་དགོངས་འདུས་ཅལ་སྐྱགས་ནམ་དགའི་འཁྱུལ་འཁོར་ཕྱག་ཁྱིད་

ཞིབ་མོར་གཏན་ལ་ཕབ་པ་སོགས་བཞུགས།

དུག་པ་དག་སྤང་ནི། རི་བོ་དབང་ལྷའི་གནས་གཏེར་གྱི་སྒོ་འབྱེད་སྐབས་བི་མ་ལའི་སྐྱབ་ཕུག་ཏུ་པཎ་ཆེན་ཉིད་  
ཞལ་གཟིགས་ཏེ་གདམས་པ་སྦྱལ་བ་བི་མ་ལའི་ཟབ་ཏིག་སོགས་བཞུགས་པར་སྤང་།

བདུན་པ་དེ་མཐུན་སྟན་བརྒྱུད་ནི། དག་པའི་སྤང་བར་ཟངས་མདོག་དཔལ་རིར་ཕེབས་ཏེ་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་  
ཆེ་ལས་ཨ་ཏི་ཟབ་དོན་སྟིང་ཐིག་གི་གདམས་པ་གསན་པ་ཡི་གེར་བཀོད་པ་སོགས་བཀའ་བབས་བདུན་ལྟ་གི་ནམ་  
ཐར་མདོར་ཅམ་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། སྤྱི་ཕྱིར་རྩ་བ་གསུམ་གྱི་ཞལ་གཟིགས་གིང་ལུང་བསྟན་པ་དང་། ཆོས་གཏེར་སྤང་  
མ་ནམས་གྱི་ཕྱིན་ལས་སྐྱབ་པ་དང་། ར་ཡབ་དཔལ་རིར་ཕེབས་པའི་དག་སྤང་རྒྱས་བསྟུན་བསྐྱོར་མང་ཡང་འདི་ཅམ་  
གྱིས་མཆོན་པར་ནུས་སོ། རང་སྒོ་དང་ཆོགས་སྐྱབ་གཞན་དག་གི་དོར་སྒོ་བ་ཏུ་ཕེབས་པ་བཅས་བསྟེན་སྐྱབ་ཡན་ལག་  
བཞེ་ལྟ་གི་སྐྱབ་ཆེན་སུམ་རུ་རྩ་གསུམ་ཅམ་མཛད། བསམ་ཡས་ཏེ་པོ་རི་དཔལ་རྒྱ་བོ་རི་སོགས་བོད་དང་མདོ་ཁམས་  
གྱི་ས་གནད་ནམས་སུ་བཀའ་ནན་རབ་བཟིང་དང་། གནས་ཆེན་བྱིན་འབེབས་མང་པོས་མཐའ་དམག་སོགས་རྩལ་  
འཁྱར་ཞི་ཞིང་རྒྱལ་ཁམས་ལ་བདེ་ལེགས་འཕེལ་བའི་ཕྱིན་ལས་ལུང་དོན་ལས་འབྱུང་བ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱབས། རྒྱལ་དབང་  
ཀར་འབྲུག་ཡབ་སྲས། འབྲི་སྟག་གཙོ་རྒྱུར་བཀའ་བརྒྱུད་དང་། སྟོན་སྟིང་ཀུན་དཔལ་ཞེ་རྩོགས་ནམས་གྱི་ཁྲིར་བཞུགས་  
གཙོ་རྒྱུས་སྟིང་མ། གཞན་ཡང་དཔལ་ས་སྐྱ་པ་སོགས་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་བསྟན་འཛིན་ནམས་ལ་དངོས་དང་བརྒྱུད་  
པའི་སྒོ་ནས་ཟབ་ཆོས་གྱི་སྟོན་གྲོལ་བསྟུན་ཅིང་། ཟུང་གྲོལ་གྱི་སྟོན་པ་ནི་བོད་ཁམས་མཐའ་དབུས་ཐམས་ཅད་དུ་འང་  
ཁྱབ། ཟུང་པར་རྩ་བའི་ཆོས་བདག་ནམ་བུ་པལ་ཆེ་བ་དང་རྟེན་འབྲེལ་ལེགས་པར་འགྲིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟགས་  
སྐྱབ་བར་ཆད་ཀྱན་སེལ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་གཏེར་ཆོས་གྱི་ཕྱིན་ལས་ཀྱང་རྒྱ་ཆེར་འཕེལ། འག་མིན་མཚུར་སྤར་ཡང་  
སྤར་སྐྱབ་ཆེན་རྩ་འཆམས་འབྲིང་པོ་བཅས་རྒྱུན་འཇག་གིས་མཆོན་དགོན་ཁག་མང་པོར་གཏེར་གསར་གྱི་ཆོས་བཀའ་  
ཆེ་ཕྲའི་སྐྱབ་མཆོད་སོགས་ཇི་དར་དུ་འགོ་བར་སྤང་། བོད་ཁམས་བདེ་ཐབས་ཆོས་བརྩའི་ནང་ཆོན་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་  
སྐྱོར་གཏན་ལ་ཕབས་ནས། དེའི་དོན་བཞེན་མཁན་སྒོ་བ་ཆོས་གསུམ་གྱི་དུས་སྟོན་མདོ་སྟགས་བསྟན་པ་གཉིས་ལྟ་གི་  
བཤད་སྐྱབ་ལས་གསུམ་རྒྱས་པའི་ཆོ་ག་དོ་མཚར་བའང་དཔལ་སྤྱད་ས་ཀུན་ཞེས་ཆེན་ནམས་སུ་རིམ་པར་མཛད།  
གདན་ས་དངོས་ཀྱང་རི། གནས་བརྟན་སྤང་། ཅི་ཀེ་འདུས་མདོ་ནམས་གཞུག་ལག་ཁང་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་བཅས་  
བཞེངས། ཕྱི་མ་གཉིས་སུ་དགོ་འདུན་གྱི་སྟེ་དང་མདོ་སྟགས་བཤད་སྐྱབ་གྱི་རྒྱུན་ཀྱང་བཀོད།

དེ་ལྟ་སྤྱིར་མཛད་པ་མཐར་ཕྱིན་ནས་རེ་ཞིག་དོན་ཆེ་བ་གཞན་ལ་དགོངས་ནས་དགྲའ་ས་གྲངས་ཞེ་གཉིས་  
བཞེས་པ་ལྷགས་པོ་རྟ་ལོར་སྐྱབ་སྟུན་པའི་རྩལ་བསྟན་པའི་སྐྱབས་སངས་རྒྱས་གྱི་ཞིང་ཁམས་ནམ་པར་དག་པར་ཕེབས་  
པའི་དག་སྤང་ཤར། ཉོར་ལྷ་ལྷ་པའི་ཆོས་གཅིག་ལ་ས་གཡོ་བ་དང་འཇའ་འོད་སོགས་དོ་མཚར་བའི་ཆོ་འཕྱུལ་ཆེན་  
པོ་བསྟན་ཏེ་ཞི་བའི་དབྱིངས་སུ་སྟོན་པར་ཞུགས། བརྒྱུད་འཛིན་གྱི་གཙོ་བོ་གནུབས་ནམ་སྟིང་གི་སྐྱལ་པ་ལུང་ནས་  
ཟིན་པའི་སྟགས་སྲས་འཁྱར་མེད་ཆོ་དབང་གྲགས་པ་སོགས་གྱིས་དགོངས་རྩོགས་མཆོད་འབྱུལ་གྱི་རིམ་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་

བསྐྱབས། ཟངས་གསེར་གྱི་མཚོད་སྤོང་ཐོག་ཚད་ཆེན་པོར་ཡོངས་པ་བཞེངས་པའི་ནང་དུ་སྐྱེ་གདུངས་རིལ་པོར་བཞུགས་  
སུ་གསོལ་བ་དང་། ཅི་གེ་ནོར་བུ་སྤིང་དུ་གདན་སའི་དབུ་འཇུག་ཙམ་ལས་མ་གྲུབ་པའང་མཐར་ཕྱིན་པ་གྲུབ་པར་མཛད་  
དོ། ཞོང་དུ་སྒྲོས་པའི་མཚོན། རྩེ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་གཙོར་གྱུར་པའི་སྐྱེས་ཆེན་དུ་མས་ཟབ་ཆོས་ལྷུང་གྲོལ་སོགས་གྱི་ཕྱིན་  
ལས་སྒྲེལ་བ་ནི་མཐའ་ཡས་ཤིང་། དམན་པ་བདག་ལྟ་བུ་ལའང་ཟབ་ཆོས་གྱི་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེལ་བ་སལ་མོ་ཆེར་བསྐྱེན་  
སྐྱབ། སྐྱབ་ཆེན། འཆད་སྒྲེལ། དབང་བསྐྱེགས་གྱི་ཡིག་ཆ་སོགས་སྤིང་བྱ་ཅི་ལུས་སྒྲེལ་ཞིང་། བོད་དུ་བཞོད་སྐྱབས་ཀར་  
འབྲུག་ཡབ་སྲས་སོགས་ལ་གཏེར་གསར་གྱི་ཆོས་བཀའ་ཐོག་མར་བུལ། ཤེལ་བྲག་དུ་སྐྱེ་འབྱུལ་ཞི་ཁྲོའི་སྒྲན་སྐྱབ་གཙོར་  
བྱས་བྱ་བུའི་སྐྱབ་གནས་སོ་སོར་ཟབ་བདུན་གྱི་སྐྱབ་འབྲེལ་དང་ཆོགས་མཚོད་སྤོང་ཙམ་རེ་སོགས་བཅུས་ཤིང་མངའ་རིས་  
དབུས་གཙང་ཀུན་དུ་འང་གཏེར་སྒྲན་གྱི་མཚན་དང་གཏེར་ཆོས་གྱི་གྲགས་པ་ཐོག་མར་གསལ་བའི་ཞབས་རྟོག་ཅུང་ཟད་  
གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།

གཏེར་ཆེན་འདི་ཉིད་ཞི་བར་གཤེགས་པའི་ལོ་དེའི་མགོ་ཟླ་བའི་ཆོས་བཙུན་ལྷུང་གངས་ཅན་གཏེར་སྒྲན་གྲུབ་  
ཐོབ་ཡོངས་གྱི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་ཆེན་པོ་པར་འོད་གསལ་མདོ་སྒྲགས་སྤིང་པའི་དག་པའི་གཟིགས་སྤྲང་དུ། ལུབ་  
ཕྱོགས་གྱི་ཞིང་ཁམས་པར་ཁྲིམ་ཁེབས་པར་གཏེར་ཆེན་ཉིད་བྱང་སེམས་པར་སྤྲིའི་ལྷ་བུའི་སྐྱར་བཞེངས་པ་དང་མཇུག་ནས་  
སྐྱབ་ཐབས་དང་དབང་བསྐྱར་ཞལ་གྱི་གདམས་པའི་བདུད་ཅི་ལྷག་པར་གསན། ཟླ་བ་གཅིག་དུ་གསང་བའི་དམ་ཆོག་  
གིས་རྒྱས་བཏབ། རྒྱལ་ཟླ་བའི་ཆོས་བཅུར་ཆོགས་གྱི་མཚོད་པ་དང་རྩེ་སྒྲ་ལྟ་བུ་ལ་ཐབས་པའི་ཡི་གེ་པ་ཁོ་  
པོས་ཞུས་པའི་ཆོ། ས་གཞིའི་ཁྱོན་དུ་དོད་མོ་བྱར་དུ་བབས་པས་འབྲུགས་པ་ནམས་ཆུ་པོའི་རྒྱན་དུ་གྱུར་པའི་དགེ་མཚན་  
ཡང་དབང་པོའི་མདོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་བྱིན་རྒྱབས་གྱི་མཚན་མའང་མཐོང་བར་མ་ཟད་གདམས་པ་འདིའི་སྐོར་རྩེས་  
འཇུག་ནམས་ལ་ཆེད་དུ་དགོངས་ཏེ་འདས་རྩེས་ཞལ་གདམས་སྤིང་པོར་བྲིལ་ནས་བསྐྱེལ་བར་འདུག་པས་གཏེར་ཆེན་  
དེ་ཉིད་ཀྱི་སྐོབ་རྒྱུད་གཏོགས་པ་ནམས་ཀྱིས་ཉམས་བཞེས་སྤིང་པོར་མཛད་པ་ན་ཤིན་ཏུ་གནད་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་འདུག་  
པའང་། འཕྲོས་དོན་དུ་སྒྲོས་པའོ།

གཏེར་སྒྲན་བརྒྱ་ཅའི་ནམ་ཐར་གྱི་རྒྱུ་མེད་པ་ལས་བཏུས།



## འབྲུག་གི་ལྷ་ཆེ་བསོད་ནམས་ཉི་མ།

གྲོག་མ། • རི་བོ་ཆེ།

བདེ་བར་གསེགས་པ་སྒྲན་གྱི་སྒྲ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།

འབྲུག་གི་ལྷ་ཆེ་བསོད་ནམས་ཉི་མ་ནི་ཁམས་རི་བོ་ཆེ་དགོན་པའི་བྱང་གི་ལྷ་ཆེན་སྟོན་པ་དང་དཀར་པོའི་མདུན་ཕྱོགས།  
རུ་བྱུག་ལུང་པའི་འབྲུག་ཆོང་དུ་ཡབ་འདམ་མཁན་ནམ་རྒྱལ་དང་ཡུམ་རྒྱ་བཟང་བདེ་ཡོན་གཉིས་ཀྱི་བྱར་བོད་རབ་བྱུང་  
བཙུ་ལ་པའི་ཤིང་མོ་སྤང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༥ ལོར་སྐུ་འཁྲུངས། འཁྲུངས་ཡུལ་འདི་ནི་སྐྱུག་ལུང་བསང་ཆེན་དུ། རོ་མཚར་མད་  
དུ་བྱུང་བའི་ཡུལ། འདོད་རྒྱ་འབྲུང་བའི་རིན་ཆེན་སྤིང་། ཁྱིམ་འཁོད་ཡོད་པ་ལྟར། གངས་རི་དང་རྩ་རི། ཐག་དཀར་དང་  
སྤང་རི། གཤམ་ཆལ་དང་མཆོའུ་སོགས་ཀྱིས་ཕྱི་སྟོད་ཉམས་སུ་དགའ་ཞིང་། ཅི་ཤིང་སྒྲན་རྩམ་གྱི་རིགས་བརྒྱ་ཕྱག་མང་  
པོས་བྱར་བྱར་གཏམས་པ། ཤུ་གནའ་ཚོ་གསུམ་སོགས་རི་དྲགས་དང་གཡུང་དྲགས་ཀྱི་རིགས་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་འཛོམས།  
སྤེལ་གྲུབ་མཆོག་རྩྭ་ན་ཏ་པ་དང་། དཔལ་ཆེན་ཆུ་ལོ་ལྷ་བ། རྩེ་བཙུན་སངས་རྒྱས་དཔོན་སོགས་ཞབས་ཀྱིས་བཅགས་ཤིང་།  
ཆོས་དང་རིག་གནས། གཏམ་དང་ཁ་ལྷོ། སྤྱ་དང་བྲོ་གར་སོགས་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་རིག་ཆལ་ལྷག་པར་དར་ས་ཞིག་ཡིན།  
ས་ཆ་དེ་ནས་དགོང་ལོ་དྲུག་གི་ཐོག་ཡི་གེ་འབྲི་རྒྱུ་བསྐབས་ཤིང་། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༣༡ ལོ་ནས་མགོ་བཟུང་སྟེ་ཡབ་ནམ་རྒྱལ་  
ཀྱི་བྱུང་ནས་གསོ་བ་རིག་པའི་གནས་ལ་སྦྱོང་བ་མི་དམན་པ་མཛད། ཡབ་འདམ་མཁན་ནམ་རྒྱལ་ལགས་ནི་སྟོད་གཞུང་  
འདམ་མཁན་ཆོང་གི་བྱ་དང་། རྩེ་བྱུང་བམས་པའི་འབྲུང་གནས་ཀྱི་སྐུ་ཆ་ཡིན་འདུག་པས། རྩེ་བྱུང་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཀྱིས་  
སྒྲན་གྱི་ཡོ་བྱད་ཁག་གཅིག་གནང་སྟེ་འབྲུག་ཆོང་གི་བྱིམ་ཤུལ་དུ་བཞག་མཛད་པ་ཞིག་རེད།

འབྲུག་བསོད་ནམས་ཉི་མ་དང་ལོ་བརྒྱུ་པ་ ༡༩༣༩ ལོར་གསོལ་མཐུད་གོང་དུ་སློབ་དཔོན་དགོན་མཆོག་ལགས་ཀྱི་བྱུང་  
དུ་སོང་ནས་རྒྱུད་བཞི་བཤད་པ་ལག་ལེན་དང་བཅས་པར་སྦྱངས་པ་ནས་ཏན་བྱས། སློབ་དཔོན་དགོན་མཆོག་ལགས་  
ནི་རྩེ་བྱུང་བམས་པའི་འབྲུང་གནས་ཀྱི་ཞལ་སློབ་དང་རི་བོ་ཆེ་དགོན་པའི་སློབ་དཔོན་ཡིན་ལ།

སྐབས་མགོན་ཆེ་འཕགས་ཞབས་གསུམ་གྱི་སྒྲ་སྒྲན་པ་མཛད་ཕྱིད་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད། ༡༩༣༥ ལོར་སློབ་དཔོན་  
དགོན་མཆོག་གི་མདུན་ནས་མཐར་ཕྱིན། དེ་ནས་བཟུང་པ་ཡབ་ནམ་རྒྱལ་དང་མཉམ་དུ་ཅ་ཅུ་དང་སྒྲན་སྦྱོར། གཏར་  
བསྐྱེད་སོགས་ཕྱག་ལེན་མན་ངག་ཡོངས་ལ་ཉམས་ཞིབ་སྦྱ་མཐུད་དེ་མཛད་ཅིང་། ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་དབང་པོ་ཤིན་ཏུ་  
གསལ་ལ། ཅི་ཞིག་ལ་བསྐབས་ན་དེ་ཉིད་ལ་སྤྲ་ཞིབ་ཟབ་གནད་ཀྱི་སྟོན་ནས་འཇུག་ཐུབ་པའི་སྟོན་ཀྱི་སྟོན་ཡངས་པོ་  
དེས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་དགོངས་དོན་ནང་ནས་རྟེན་པར་ལྷུར། ཉམ་ཐག་པའི་ནད་པ་ནམས་ལ་གསོ་དཔུང་གི་



ཁྱད་པར་དུ་སྐབས་དེ་དུས་བད་ཀའ་མགུལ་འགགས་སམ་གྱི་ཐོགས་ཀྱི་ནད་ངན་འཛིགས་སུ་རུང་བ་  
 སྒྲན་པ་གཞན་གྱིས་སྒྲགས་མི་རྟེན་པའི་ཡམས་ནད་ཅིག་ཐོག་བཞིན་ཡོད་པ་དེའི་གཉེན་པོར་བྱོན་པ་ལྟར། བད་  
 པ་མང་པོ་འཆི་བདག་གི་སྒོ་རྩུང་ནས་བསྐྱབས་པར་བྱས་པས། དམངས་ཁྲིད་ཀྱི་སྤྱད་བྱངས་ནད་དུའང་འབྱུང་གོ་  
 བསོད་ཉི་ལ་བསྟོད་སྤྱུ་ལེན་པ་དེ་འདྲ་བྱུང་། དེ་ནས་འབྱུང་གོ་ཆང་དུ་ས་ཆ་ཐག་རིང་བྱང་གང་སར་ནས་ཡོང་བའི་  
 བད་པ་བཅུ་ཕྱག་ཁ་ཤས་ནས་ལྷ་དྲག་ཅམ་གྱི་བར་དུ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྟོད་མཁན་ཡོད་ཅིང་། འཁོས་ཀ་ཞན་  
 པའི་ནད་པ་ནམས་ལ་ཟས་གོས་འདང་ཆད་གྱིས་གནང་སྤྱིན་བྱེད་པ་མ་ཆད། ཐ་ན་རྟ་གཡག་གི་འཕོལ་སྟན་ཡན་  
 ཆོད་གཡར་བ་དང་། ཁོང་རང་གི་སྟོད་གོས་ཕྱད་དེ་ནད་པར་གཡོག་པ་སོགས་གྱིས་ནད་པ་དང་ཁ་ཐག་ཉི་ཁྲིང་  
 སྟིང་བཅེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ལྷ་རྩེ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ད་དུང་ཟུངས་ཟད་ཀྱི་ནད་པ་ཀན་ཁོག་ནམས་གྱི་གཞིག་  
 བརྩེ་བ་དང་གཅིན་སྐྱག་འཕོ་བའི་བྱ་བ་ཡན་ཆོད་ཁོང་རང་གིས་མཛད་པར་མ་ཟད། བད་པ་དེ་དག་སེམས་སྤྱག་  
 འབྲོ་ཡི་རེད་གསུངས་ནས་གཅིན་སྐྱག་གིས་བཅོག་པར་བཟོས་པའི་བྱག་ཟུང་ཁོང་ཆོའི་མི་མཐོང་བར་བྱས་ནས་  
 བུ་བཞིན་ཡོད་འདུག བད་པ་ཆེ་ལས་འདས་ཆེ་ཀན་པ་ནམས་ལ་དུར་ལས་བྱེད་ཅིང་ལོ་རྒྱུད་གི་རིགས་ལ་ས་  
 བཟག་པ་སོགས་ཁོང་རང་གི་འགན་འཁྲི་ཞིག་ཡིན་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་གྱིས་སྟན་པ་མེད་པར་སྐྱབ་བཞིན་ཡོད།  
 ལྷ་རྩེ་བསོད་ནམས་ཉི་མ་དགུང་ལོ་བཅུ་དགུ་ཅམ་ནས་སྤྱགས་སྒྲ་བཟའ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་སྟོན་དང་བཟྱ་ཤིས་རྟེན་འབྲེལ་  
 བྱས་པ་ལས། ཁོང་ལ་བྱ་གཉིས་དང་བྱ་མོ་གཅིག་ཡོད་ལ། བྱ་རྒྱུང་བ་འབྱུང་གོ་ཨ་རྟོ་ལ་སྒྲན་གྱི་མན་ངག་བྱག་ལེན་ནམས་  
 བསྐྱབས་ཤིང་རྒྱུད་པའི་བྱག་བཞེས་ཀྱི་པན་པ་ནི་དུས་ད་ལྟ་ཡང་འབྲོ་བའི་ནད་པ་ནམས་ལ་འབྱུང་བཞིན་པ་ལགས།  
 གཞན་ཡང་ཁོང་གི་གསོ་བ་རིག་པའི་བློགས་ཀྱི་སྟོབ་བྱ་ནི་ཨོ་ཆོ་དབང་སྟོབས་རྒྱལ་དང་། སྒྲ་མ་ཐར་པ་ལྷ་མགོན།  
 གསོལ་མཐུད་བྱ་རྒྱག་གཡས་རུ་ཆོ་རིང་དབང་འདུས། ཞོ་སྟོན་སྟན་པ་སྟོད་གཤམ། ཁྲོང་ཁུལ་སྟན་པ་ངག་དགོ། མཁན་  
 པོ་མགོན་པོ་ཆེ་ཐར། ས་བྱམ་འཇམ་དཔལ་དབང་རྒྱལ། ལ་རྒྱས་སྟན་པ་དཔལ་ཆེ། མགོ་བོ་ཆེ་རིང་སུན་ཆོགས། ཉག་སྒྲ་  
 སྐས་པོ་རིན་འཛིན་རྒྱལ་མཚོ། རྟེན་གཞུང་སྟན་པ་ཆེ་མགོན། ར་རུ་བཟྱ་ཤིས་གཡང་འཕེལ། སོ་རིས་འཛིགས་མེད་ཆོ་  
 རིང་། གསོལ་མཐུད་སྟན་པ་སྟོབས་རྒྱལ་སོགས་མང་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཁོང་ཆོ་ལ་ཡང་རྒྱུད་པ་དང་བྱག་བཞེས་ཀྱི་རྒྱན་མང་  
 དུ་འཕེལ་ནས་ཟད་པ་མེད་པར་རྒྱ་བོའི་རྒྱན་གྱི་དཔེ་ལྟར། ཆ་གང་ནད་གྱིས་གདུང་བའི་འབྲོ་བ་ཉམ་ཐག་པ་ནམས་ལ་  
 པན་བདེའི་གྲུ་ཆར་གྱི་དགོས་འདོད་སྟོལ་བཞིན་པ་ཡིན་ནོ།

20

སྤྱན་རྒྱ་རོས་འདྲིན་སོགས་ཀྱི་ཐད་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་འགྲན་བསྐྱར་ནང་དུ་ཁྱེད་པས། ཡང་དང་པོ་ཡིན་པའི་ཆེ་མཐོང་གཟེངས་རྟགས་སོང།

འབྲུག་གི་དཔོན་ལྷ་འདིས་མི་དམངས་རྣམས་ལ་དགོས་མཁོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་སྤྱན་རྒྱུ་རོས་ས་དབྱུག་ཆོ་ག་ཆོས་སྤྱོད། གཙོད་ཆོགས་ལས། ཆོས་བརྒྱ་དུས་མཆོད་སོགས་སྒྲེར་སེམས་སྤངས་ཏེ་ཉིན་མཆོད་ལྟོས་མེད་དང་ངལ་བ་འདྲིམ་མེད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཆེ་རྒྱལ་པོར་ཕྱག་ལས་མཛད་ཀྱིན་ཡོད་པས། དམངས་རྣམས་ཀྱི་སེམས་སུ་ཡང་བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་ཅན་གྱི་སྤྱན་པ་ཞིག་དང་། མིག་རྒྱུང་འདྲིལ་ཉིན་གྱི་མར་རིང་བའི་ཆོས་པ་ཞིག་ སྤང་པོ་གཟན་བསྐྱར་གྱི་ཉམས་ལེན་ཆད་མཐོ་བའི་གཙོད་པ་ཞིག་སོགས་གོ་ས་མང་དུ་བཟུང་ཡོད་པ་རེད་འདུག།

མཐར་དགུང་ལོ་དྲུག་ཅུ་རེ་བཞི་པ་གྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ དཀར་པོ་ཞེས་པ་ས་མོ་སྤྱལ་གྱི་ལོར་འདྲིལ་ཉིན་ལ་ཞེན་པ་མེད་པར་ཤུལ་དུ་བསྐྱར་ཏེ་ཐུགས་ཆོས་ཉིད་དོན་དམ་གྱི་དབྱིངས་སུ་ཞི་བར་གཤེགས། ཟིན་ཐོ་འདི་ནི་ཁོང་དང་འབྲེལ་བ་ཟབ་པའི་སློབ་མ་དང་ཉེ་རྒྱུད། ཉན་པ་རྣམས་ལ་སྤྲད་ཆ་དེས་ཏེ་སྤྱོད་སྤྱོད་མེད་པར་ཡི་གེར་བྲིས་པ་ཡིན་ལ། བདག་གིས་ནི། དམ་པ་ཁོང་གི་སྤྱོད་ཀྱིས་ཐུགས་ཀྱི་གཟི་བྱིན་མང་ཆེ་བ་དྲན་པའི་ལམ་ནས་བོར་ཟིན་ན་ཡང་། ཐུག་མ་མང་པོ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་འགག་སེར་སྤྱལ་དེའི་བྱང་ཁྱེད་ནང་གི་ཤེལ་ཀ་རའི་གནང་སྦྱིན་ལ་མང་དུ་རོལ་སྦྱོང་བ་དུས་ད་ལྟ་ཡང་བརྩེད་མེད། བདག་གི་མེས་པོ་དམ་པ་ལགས། བཀའ་དྲིན་ཆེ།

2017/04/13

མཁའ་འགྲོ་དབྱངས་དགའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བཙུས།

ཚུལ་སྤྲིག་པ།

ཁམས་རི་བོ་ཆེའི་ལྷ་རྩེ་དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་འཕྲོ་ཡོངས་གྲགས་སུ་མཁའ་འགྲོ་དབྱངས་དགའ་ཞེས་ཁྱེད་པ་ཁོང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བཙུས་ཅིང་ཁྱེད་ན། ཁོང་ནི་ཉེ་དུས་ཀྱི་སྤྱན་པ་གྲགས་ཅན་ཞིག་སྟེ། ཡབ་རི་བོ་ཆེའི་རྩེ་དབྱང་བྱམས་པ་འབྱུང་གནས་དང་། ཡུམ་རོམ་སྤེ་པའི་སྤྱོད་མོ་བྱ་མོ་ཚུལ་ཁྲིམས་གཉིས་ལས་རབ་བྱུང་ ༡༥ པའི་མེ་ལུག་གྱི་ལོ་ ༡༩༠༨ ལོར་པད་མ་བཀོད་དུ་འབྱུངས། ཡབ་ལས་འབྲི་སློག་དང་སུམ་རྟགས་སོགས་གསན་ཞིང་། སྤྱན་གཞུང་སློབ་ཏུ་བརྟུག་པས་ཤོག་སྟེ་བཙོ་ལྷ་ཡན་ཐུང་ཅུ་ནང་དག་སྦྱོར་བྱ་སྤྱོད་པ་བྱུང་། དགྲུང་ལོ་བརྒྱ་གཅིག་པར་ཡབ་སྟག་ལུང་དུ་བཞུགས་སྐབས་སྤྱན་རྒྱུ་ཁང་གི་སྤྱན་པ་གཉིས་འབྱོར་ནས་ཡབ་ལས་གསོ་རིག་གི་སྒོར་ཁྲིད་ལུང་གསན་སྐབས། ང་ལ་བྱ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་

ལ་སྐྱོན་ཅིས་ཁང་ནས་མིག་འབྱེད་ཀྱི་ལག་རྩལ་བསྐྱབ་རོགས་གནང་ཞེས་རེ་འདུན་ཞུས། ལོ་བརྒྱ་གསུམ་ནས་སྐྱོན་པའི་  
ཕྱག་ལས་གནང་ཞིང་། སྐྱོན་ཅིས་ཁང་དུ་ཐེབས་དུས་ཡོན་ཀྱང་ནས་ཡབ་ཀྱི་རེ་བ་ལྟར་མིག་འབྱེད་ཀྱི་ཕྱག་ལན་བསྐྱབ་  
བརྒྱག་པས་ལག་རྩལ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ནས་ལྷ་ས་དང་། ཆབ་མདོ་རྩྱགས་སུ་ཉམ་ཐག་པའི་ལོང་བ་མང་པོའི་མིག་ཕྱིས་པ་  
དང་། སྐྱོན་རིན་ལེན་རྒྱ་ལྷ་ཅི། རྒྱུང་བཅོས་ཀྱང་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་ཆས་ནས་གནང་། རྩྱགས་མཐའི་ནད་པ་ལྷ་སར་ཡོང་མཁན་  
རྣམས་ལ་རོགས་རམ་གནང་བས་མཁའ་འགོ་དབྱངས་དགའ་ཞེས་མང་ཆོགས་ཀྱན་གྱིས་དད་གུས་ཞུས་ཞིག་ཏུ་གྱུར།

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོ་འབྲུག་ཡུལ་དུ་ཐེབས་ཏེ་འབྲུག་རྒྱལ་པོ་འཛིགས་མེད་དབང་ཕྱག་གི་སྐྱོན་ཕྱིས་ཤིང་། གཞན་  
ལའང་སྐྱོན་བཅོས་གནང་བས་འབྲུག་ལའང་རྒྱུད་གྲགས་གྱིས་བྱུང་། སྐྱོན་ཅིས་ཁང་གི་བཀའ་ལྟར་བོད་དུ་བྱོན་ནས་རྫོང་  
ཁག་བཅོ་བརྒྱད་དུ་སྐྱོན་སྐྱོན་དང་མིག་འབྱེད་དུ་ཐེབས། ལོ་གསུམ་རིང་ལོང་བ་ ༩༠༠ ལྷག་ཙམ་གྱི་མིག་ཕྱིས་པ་དང་།  
སྐྱོན་གྱི་བྱ་བ་ནད་ཐོག་འབྱོལ་བར་མཛད་པས་པ་ཡུལ་རྩྱགས་སུ་འང་མཁའ་འགོ་དབྱངས་དགའ་ཞེས་སྐྱོན་གྲགས་ཆེ་  
བས། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༩ ལོར་སྐྱོན་ཅིས་ཁང་གི་སྐྱིགས་ལ་བརྒྱག་ བོད་ཀྱི་སྐྱོན་གཞུང་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ནད་དང་ཕྱིས་པའི་  
ནད་གྱིས་བཅོས་ཐབས་འབྲས་ཆང་ཡོད་པ་ནི་དང་ཐོག་སྐྱེས་མའི་སྐྱོན་པ་བྱུང་བའི་དཔང་ཉགས་ཡིན་མོད། ཕྱིས་སུ་  
སྐྱེས་མའི་སྐྱོན་པ་གྲགས་ཆེན་མ་བྱུང་བས། གཞུང་དོན་ནད་ཐོག་ཏུ་འབྱོལ་མཁན་སྟོངས་ལ་ཁད་དུ་གྱུར་པ་ཡང་འདི་  
ཉིད་གྱིས་མང་ནས་གསོས་པར་མཛད། ས་ཕག་ལོར་དམངས་གཙོ་བཅོས་བསྐྱར་སྐབས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྐྱོན་གྱི་ལས་བྱེད་  
པ་མཛད། ལྷགས་སྤང་ལོར་བྱུང་མེད་དང་བྱུ་གུ་སྤྱེ་ཁག་གི་གཙོ་འགན་དང་པོར་བསྐྱོས་པས་རིམ་བཞིན་བྱུང་མེད་སྐྱོན་  
པ་སྦྱོང་མཁན་མི་ཉུང་ཙམ་ཐོན་པས་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་སྐྱེས་མའི་སྐྱོན་པ་འགོ་ཚུགས། ཤིང་འབྲུག་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༩ ལོར་སྐྱེས་  
མའི་ནད་རིགས་བཅོས་ཐབས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་བྲིས་ནས་ཆོགས་ཆེན་ཐོག་རྩོམ་གནང་བས་སྐྱོན་གྲགས་སྤར་ཡང་འཕེལ་  
བ་བྱུང་། ཁོང་ནི་ལྷ་ས་སྐྱོན་ཅིས་ཁང་གི་སྐྱེས་མའི་སྐྱོན་པ་དང་པོ་ཡིན་ལ། དེ་ནས་བརྒྱུད་སྐྱེས་མའི་སྐྱོན་པ་མང་པོ་ཐོན་  
བཞིན་པ་ཡིན་ནོ།

མཁའ་འགོ་དབྱངས་དགའ་ཞེས་ཀྱན་རབས་པ་ཆོའི་ངག་ལས་མང་དུ་ཐོས་ཐྱོང་ཡོད་མོད། འདི་ནི་ར་སེ་དགོན་  
རྒྱུ་གྱིས་སྐྱེས་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་འོས་སྦྱོར་བྱས་ཏེ་བཀོད་པ་ཡིན།

# དབྱི་ཤོད་ལྷང་པར་ལྷུལ་བའི་ཁ་བཏགས།

ཐོག་མ། • རི་བོ་ཆེ།

དབྱི་ཤོད་བོན་གྱི་གཡང་སྒྲུབ་སྒྲུག་པོ་བྱ།  
 རྒྱལ་བསྐྱེད་སྒྲོན་མེའི་སྤང་བ་གསལ་མཛད་པ།  
 འདྲིན་པ་ཆེན་པོ་སྒྲུག་ལྷང་ཡབ་སྐུ་དང་།  
 བསྐྱེད་འཛིན་སྒྲུབ་མཆོག་ཀྱན་གྱི་བཀའ་དྲིན་བྲན།

བདེ་སྦྱིད་ལྷ་དང་མཉམ་པའི་གདེང་ཡོད་ཅིང་།  
 འོངས་སྦྱོད་སྒྲུ་ལ་འགྲན་པའི་དཔལ་ཡོད་ཀྱང་།  
 གཙང་མ་ཞོ་ཡི་སྦྱང་དུ་ཀ་ར་བཞིན།  
 བཟང་པོའི་ཐོག་དྲུ་དགེ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱ།

གངས་དང་རྩ་བུ་འཕང་དགྲང་ལས་མཐོ།  
 བགས་གྱི་གཡུ་ལོ་ལྷེ་པའི་ལང་ཆོ་མཛེས།  
 མཆོ་དང་སྤང་སྦྱང་སྒྲུ་ཆེ་ཞོག་ཡངས་ཤིང་།  
 བྱ་དང་རི་དྲགས་སྒྲུ་མང་བག་རེ་མེབས།

མེས་པོ་དྲིན་ཆེན་ནམས་གྱི་དྲིན་གཙོ་བྱ།  
 སྒྲུན་མོངས་རྒྱད་པའི་ཅ་བ་སྦྱང་བར་བྱ།  
 ཤེས་རིག་འོ་མའི་རྒྱ་མཆོ་དཀྱུག་པར་བྱ།  
 དམ་ཆོས་མར་གྱི་སྒྲུན་མཆོག་བསྐྱེད་པར་བྱ།

དགོན་དང་རི་ཁྲོད་མང་པོས་ལྷུལ་ཁམས་རྒྱན།  
 ལྷ་དང་སྤང་མའི་བསྐྱེད་པ་དར་ཞིང་རྒྱས།  
 ཞིང་འབྲོག་མི་ཡི་འཆོ་བ་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས།  
 སྤྱ་རྒྱ་ནང་མཐུན་མཆོན་འཁྲུག་མིང་ཡང་མེད།

ཡ་རབ་སྒོལ་བཟང་གཅེས་སྤྱུག་སྦྱོང་བར་བྱ།  
 སྒྲེན་ཚུགས་རྒྱ་མཆོའི་རྩོལ་ཆགས་མི་བྱ།  
 གཟི་དང་བྱ་རྒྱས་བརྒྱན་ན་མཛེས་མོད་གྱི།  
 ཡོན་ཏན་ཤེས་བྱའི་རྒྱན་ཆ་དེ་ལས་མཛེས།

དཔའ་མཛདས་སྒོ་གོས་ལྷན་པའི་ས་ལྷུལ་འདི།  
 དག་པ་རྒྱལ་དང་བྲལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ཏེ།  
 ཆེ་བ་སྦྱོང་ལྷན་འཛད་མེད་དབྱིག་གི་མཛོད།  
 ཞེ་མ་རང་ལྷུལ་སྒོ་ཡིས་བསྐྱངས་པ་འདྲ།

ནོམ་ཆེན་གསེར་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་རྟ་དང་སྤང་།  
 མཆོང་དང་སྦྱོས་ཤེལ་ཅན་གྱི་བོང་བྱ་ཡོད།  
 མི་ལུས་རིན་ཆེན་སྒྲུག་མའི་མདའ་མོ་ལ།  
 ཡོན་ཏན་ཞོད་སྒོ་ཚུགས་དང་ཨ་མའི་བྱ།



འདི་ཕྱི་གཉིས་པན་གནས་ལ་མི་སྒྲོབ་པར།  
རང་སྐྱུག་སྒྲིག་པའི་ཁྱར་པོ་ཁྱར་དོན་མེད།  
དོན་ཆེན་གསེར་གྱི་བྲེ་ཁར་མི་ལྟ་བར།  
དོན་ཆུང་རམ་ནག་པོར་ཁར་ཅི་ལ་ལྟ།

པ་ཡུལ་སྐྱུན་ཆོགས་གསེར་གྱི་གཞོང་པ་རྩ།  
རིན་ཆེན་ཤེས་བྱའི་ནོར་བུ་མ་བཤམ་ན།  
སྐྱུན་པོ་སྒྲོར་གྱི་རྒྱལ་བ་འདྲིན་པ་ཅམ།  
པ་བཟང་སྟོང་གི་བུ་བུ་རི་ལྟར་བརྩ།

སྟོན་ཉགས་པག་གི་མགོ་བོ་མི་བྲེག་པར།  
རྩིས་ལུས་སྐྱུན་དོང་ནང་དུ་ཅི་ལ་འདུག།  
རང་མཐོང་མགོ་བོ་གནམ་ལས་མཐོ་དགོས་ཀྱི།  
ཡི་ཆད་ཤུགས་རིང་མལ་དུ་ཉལ་དོན་མེད།

པ་མེས་དྲིན་ཅན་ཁོག་ཡངས་ནམ་མཁའ་རྩ།  
སྐྱ་ཆོགས་ཆོས་དང་སྲིད་ལུགས་ཤོང་པ་ལ།  
གྲུ་དོག་ལྷགས་སྐྱམ་ལྟ་བུའི་ཕྱི་རབས་པས།  
རྒྱུད་པ་ལྟ་ཡི་གཙང་པོ་རི་ལྟར་སྒྲོང་།

དཔའ་སྒྲོབས་སྐྱུག་མོ་གཉིད་ལས་མི་སད་པར།  
སྒྲོ་ཁྱམ་མ་ཡི་ར་མ་གཡུག་དོན་མེད།  
ཐེ་ཆོམ་ཐལ་བ་རྒྱུད་གིས་སྐྱར་བ་ན།  
ཆོད་སེམས་དཔའ་བོའི་དྲུང་ཆེན་འབྱུང་པར་བྱ།

རྒྱལ་བས་ཞབས་ཀྱི་བཀྲགས་པའི་ཡུལ་དབུས་སྐྱ།  
ཆད་མེད་བཏང་སྟོམས་མཛད་པར་འོས་པ་ལ།  
རིས་མེད་སྐྱུན་བྱུང་བཅེ་བས་མི་གཟིགས་པར།  
རིས་ཆད་སྤང་ཁྱུགས་མཛད་ན་ཆོས་པ་མིན།

གཅིག་པན་གཅིག་གྲོགས་ལྟ་ཡི་ར་གཡལ་ལས།  
དར་རྒྱས་གཡང་གི་གཉེར་ཁ་མ་སྒྲང་ན།  
གཅིག་མགོ་གཅིག་གཞོན་བདུད་ཀྱི་ཐོ་བ་དེས།  
ཡི་སྐྱུག་མུ་ངམ་ཐང་དུ་འཕེན་པར་དེས།

དཔའ་བོ་སྐྱུག་འབྲུ་ཅན་གྱི་པ་ས་ནས།  
དཔའ་གདེང་འཇུག་དུག་བཀྲ་བར་འོས་པ་ལ།  
དག་འདུལ་གཉེན་སྒྲོང་དོན་བཟང་མཆོམས་བཞག་སྟེ།  
བྱིས་ཀྱི་པོར་ཁ་ཚོད་ན་སྤར་མ་ཡིན།

རང་ལ་ཡིད་ཆེས་རི་བོ་མཐོན་ཡང་།  
གཞན་ལ་གྲུས་བཅི་ཆུ་བོ་འབབ་པར་བྱ།  
དྲེགས་ལྡན་མ་བྱ་མཛེས་སྐྱུག་ལྡན་པ་དེ།  
རྒྱ་མཚོར་ལྷུང་བའི་གཏམ་གྱིས་པོ་ཉ་རྒྱ།

སྐྱུན་ཆོགས་ཐེ་བཞི་དགོས་འདོད་ནམ་མཁའི་མཛོད།  
བརྒྱ་སྐྱུག་རིག་པའི་ལྷེ་མིག་གཡང་གི་ཞགས།  
སྒྲོ་གྲོས་གསར་པའི་སྐྱུག་གིས་བཞེས་མཛོད་དང་།  
ཁ་གཡང་བཀྲ་ཤིས་ཉགས་བརྒྱུད་བྱེད་ལ་བཤམ།

རང་གི་པ་ཆོས་གསེར་ལས་དྲངས་ན་ཡང་།  
གཞན་གྱི་དད་འདུན་རྟོག་པས་མ་ཁེལ་དགོས།  
ཡ་མའི་པོར་པ་གཙང་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི།  
ཆ་མེད་གཞན་གྱི་མདུན་ནས་བག་ཡོད་མཛོད།

ལས་སྒྲོན་རྟོན་འབྲེལ་ཟབ་མའི་མཐུ་སྒྲོབས་ཀྱིས།  
ཡུལ་དང་ལྷུང་པ་གཅིག་དུ་སྒྲིས་པའི་གྲོགས།  
སྐྱ་བུ་སྐྱུན་མཆེད་སེམས་ཀྱི་རྟོན་སྤར་ཡིན།  
བྱེད་ཆོའི་བསམ་པ་གངས་ལས་དཀར་བ་ཤེས།

རང་སེམས་དབུལ་གྱི་བུམ་པའི་ལྟ་བ་བྱ།  
རང་ཡུལ་འོ་མའི་ཕུད་བཞིན་ཉར་ནས་ཡོད།  
གང་དྲན་གཏམ་གྱི་སྤྲིང་ཡིག་འགྲེམ་པའི་ཆོ།  
ཁྱེད་ཅག་ཐུགས་དང་འགལ་བ་མེད་པར་སྒྲོན།

དེ་ལྟར་སྤྲིང་གི་དྲུང་གིང་དཀར་པོ་བྱ།  
སྒྲིལ་བསམ་གསེར་ཡིག་བྲིས་པའི་ཆོས་ཀྱི་གྲོགས།  
འདས་པོ་གང་གི་དགོངས་པ་རྒྱུགས་ཕྱིར་བྱ།  
གུས་པ་ལེགས་བཤད་བཟང་པོས་སྦྱར་བ་འོ།

དགེ་འདིས་དབྱི་ཤོད་ལུང་པའི་ལྟ་འབངས་ནམས།  
ཆོ་འདིར་དབུ་འཕང་ཉི་ཟླ་ལས་ཀྱང་མཐོ།  
བྱི་མ་མི་འཇུགས་རྒྱལ་བའི་ཞིང་དུ་སྤྲིན།  
མཐའ་བུལ་རྩོམ་ཞེས་དབྱིངས་སུ་གྲོལ་གྱུར་ཅིག།

2015/11/14





རིས་མེད་ཆོས་བརྒྱད་ལ་བཟུགས་པ་གཞན་གསལ་མགྲིན་དབྱངས་དག་རྣམ་  
དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་འགྲུགས་པའི་ཕོ་ཉ་བཟུགས།

མཁན་པོ་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཚན། • རི་བོ་ཆེ།

གནའ་བོའི་མཆོད་གནས་གཤེན་རབ་ཀེ་ལ་ཤེ།  
ཐུགས་བསྐྱེད་ཁ་འབབ་ནམ་བཞི་ལས་འོང་པའི།  
བོན་ཅིས་སྒྲན་དང་ཕྱ་གཡང་དག་བྱེད་གཏེ།  
གངས་ལྗོངས་པན་བདེའི་དབྱིག་འཛིན་ཨེ་མ་ཆད།

སྤྱལ་པའི་པོ་པཎ་མཁས་ཤིང་གྲུབ་བརྟེས་ཀྱིས།  
ལེགས་བསྐྱེད་མདོ་སྤྲུགས་སྤྱི་དང་ནང་བརྒྱད་གསུམ།  
བྱད་པར་སེམས་སྒྲོང་མན་ངག་སྟོལ་འཛིན་པའི།  
ལྷ་འཕྱུར་གདུགས་མཛེས་བསེལ་ལྷན་སྦྲུང་བརྒྱུད།

ན་རོ་མེ་ཉིའི་གདམ་ཟབ་བདུད་ཅིའི་རྒྱན།  
མར་རྟོག་ཡབ་སྲས་ཐུགས་སྒྲོང་ལེགས་བསྐྱེད་པའི།  
བྱག་ཆེན་སྟན་བརྒྱད་སྤྱི་ལྷའི་སྦྲུང་དབྱངས་ཀྱིས།  
ས་གསུམ་བྱུང་མཛད་འགྲོ་མགོན་བཀའ་བརྒྱད་རྒྱལ།

གྲུབ་ཆེན་བེར་མའི་ཐུགས་བརྒྱད་གདམས་སྒྲོར་སྤྱི།  
བྱད་པར་ཆད་མ་བཞི་ལྷན་ལམ་འབྲས་དང་།  
མདོ་སྤྲུགས་བཤད་དང་སྤྱབ་པས་གསལ་མཛད་པའི།  
བཅེ་ཆེན་རིང་ལུགས་འདོད་འབྱུང་བུམ་བཟང་དངོས།

རོ་བོ་རྩེ་དང་ཁུ་རྟོགས་འབྲོམ་ཀྱི་སྟོལ།  
ལྷ་ཆོས་བདུན་ལྷན་སྤྱིས་བྱ་གསུམ་ཀྱི་ལམ།

མདོ་སྤྲུགས་ལྷ་སྤྱོད་བཟོས་གཙང་པར་དཀར།  
འཇམ་དཔལ་སྤྱིང་པོའི་རིང་ལུགས་སྤང་སྤྱོད་མཛེས།

ཆོས་རྒྱལ་རིགས་ལྷན་དུས་ཞབས་ཆེ་ཆུང་ལས།  
རིམ་བརྒྱད་ར་འབྲོ་རང་བྱུང་བྱ་དོལ་སྟོལ།  
དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་བྱི་ནང་གཞན་གསུམ་ཀྱི།  
སྤྱོར་དུག་ཕུན་ཆོགས་དཔལ་བེའུ་ས་གསུམ་བྱུང།

དམ་པའི་ཞི་བྱེད་མ་གཅིག་ལབ་ཀྱི་གཙོད།  
ཆ་སོ་ཀྱི་སོགས་བཀའ་བབས་སྤྱི་བྱེད་སྟོལ།  
རྟོན་འབྲེལ་ལམ་ཀྱིས་འགལ་རྒྱུན་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི།  
ལྷ་བའི་ཞི་གཙོད་གསེར་ཉིའི་སྤྱན་སྟོང་བཟ།

བྱུང་པོ་ནལ་འབྱོར་རིན་ཆེན་བདུན་བརྒྱད་ཀྱི།  
གདམས་ཟབ་རྒྱང་སེམས་རྒྱ་ཉིར་ངལ་འཆོའི་ཐབས།  
གྲུབ་ཐོབ་ཨོ་རྒྱན་རྩི་རྩེའི་བསྟན་སྤྱབ་སོགས།  
གྲུབ་བརྟེས་དབང་བསྐྱེད་འཁོར་ལོ་རིན་ཆེན་རྒྱལ།

རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་མཆོན་བྱེད་ཤིས་པའི་རྟགས།  
བརྒྱད་ཀྱི་གྲངས་ལྷན་རིས་མེད་ཆོས་བརྒྱད་སྤྱི།  
འཛིག་རྟོན་གསུམ་ན་མཚུངས་པ་མེད་པའི་ལོར།  
བཤད་སྤྱབ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཅིག།



འཇམ་དབྱངས་དངོས་བྱུང་མི་པམ་ཚས་རྗེར་ཕྱལ་བའི་  
བསྟོད་ཆེག་མེ་ཉིག་རྒྱན་པ།

འོག་རྣམ་སང། • གནས་བརྟན་དགོན།

སྒྲིག་བའི་མེད་གེ་ཐུགས་ལ་ཞུགས་པའི་གཞན་སྟོང་གསལ་བའི་ང་རོ་ཡིས།  
ལོག་སྟོ་ལོག་སྒྲིག་པ་སྒྲིག་ཏུ་ཆོགས་ཟུག་དུ་སྟོང་གི་གྲེ་བ་གང་།  
བཅན་གྱིས་བཅད་མཛད་འཇམ་དབྱངས་ལྟ་དངོས་ཀྱན་མཁྱེན་མི་པམ་ཚས་རྗེ་གང་།  
རྣམ་ཀྱན་མཆོག་ཏུ་སྟོང་གི་པད་མོ་འདབ་བརྒྱ་བཞད་པའི་དཀྱིལ་དུ་རོལ།

ཟབ་དོན་གནས་ལ་གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་ངེས་ཤེས་ཟབ་མོའི་སྟོན་མེ་སྤར།  
ཟླ་མེད་རིགས་ལམ་ཡངས་པའི་གཤོག་ཟུང་མཁས་ཆོགས་འདུས་པའི་མཁའ་ནས་བརྒྱུད་ས།  
འོད་གསལ་ཐེག་པའི་ཉིང་ཁུ་དྲངས་མ་རྒྱབ་གང་གཅིག་གིས་རྫོགས་པ་ཡིས།  
རིག་འཛིན་གྲུབ་པའི་ལྟ་གྲུལ་དབྱས་ནས་ཉིད་ཀྱི་འོད་ཟེར་མཁའ་ལ་བྱུབ།

གནས་ལྟ་རིག་པའི་ལམ་ཆེན་ཡངས་པོར་གོམ་སྟབས་གཅིག་གིས་བཟོད་ནས་སྤྱ།  
འཆད་ཚོད་ཚོམ་སོགས་མཁས་པའི་བྱ་དགུ་གང་ལ་ཆགས་ཐོགས་ཡོངས་བྲལ་བའི།  
རིག་པའི་ལྟ་མཆོག་མ་རིག་གཅོད་པའི་རལ་གྱི་འཛིན་པ་གང་ཉིད་དེ།  
མི་ཡི་ཤ་རྒྱུགས་འཛིན་པ་བྱོད་ཉིད་དུན་པའི་སེམས་ལ་ཡང་ནས་འགྲུལ།

རྒྱལ་བའི་ཐུགས་འཁྱུངས་འབྲས་བཟང་དུད་པར་རོལ་བའི་པན་གྲུབ་འཕྲིང་བ་ལས།  
ལོག་ཉིག་སྒྲིག་བའི་པས་རྒྱལ་འཛོམས་པའི་ལུང་རིགས་དྲག་ཆར་བཅན་པོ་དང་།  
བཀའ་བསྟན་རང་དབང་བཀྲོལ་བའི་ལྷགས་བཟང་ཉིད་ལས་སྤྱ་ལའང་ཡོད་མིན་ཏེ།  
ཉིད་གྱིས་ཞལ་བཞེས་ལུང་རིགས་མི་པམ་ས་གསུམ་བྱོན་ལ་གྲགས་ནས་ཡོད།

འདི་སྣང་ཐ་ཤོད་པའི་ཞིང་ས་ཟུང་རྟོགས་ཐོང་གཤོལ་རྩོན་པོ་ཡིས།  
བཅན་གྱིས་བསྟོགས་ནས་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེའི་འབྲས་བཟང་སྟོན་པའི་རྒྱལ་བའི་སྲས།  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་གང་ཀྱན་མཁུན་སྒྲ་མ་བྲན་པའི་གདུང་བ་ཡང་ནས་ཡང་།  
སྟོང་ལ་འཁོར་བས་དུད་པའི་དབྱངས་དང་གདུང་བའི་སྟེང་ག་ཤུགས་གྱིས་འཕོད།

རིམ་དགུའི་ཐེག་པའི་ལུང་དང་རིགས་པའི་གཏེར་ཆེན་སྟོང་ནས་བཞོལ་ནས་སྟུ།  
ཅི་དགར་འབྱེད་པའི་མདུང་བྱང་མཛད་པས་ཀྱན་བཟང་ཆོས་སྐྱའི་རྒྱལ་ཐབས་ཆེར།  
གདུལ་སྟོབ་གངས་མེད་བཀོད་པའི་རིན་ཆེན་ཅོད་པན་འཛིན་པའི་རྒྱལ་བོ་གང་།  
ས་གསུམ་གང་ནས་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟེན་འགྲོ་བའི་སྦྱིད་ཀྱི་ཁོར་བྱ་གཅིག །

བྱིས་ཀན་ལྟོམ་བུའི་མཚར་གཏམ་རེ་རེས་ཅོལ་རྒྱུ་མདོ་མེད་ས་ལ་རྟེན།  
འཁྱལ་སྣང་ཆོས་བརྒྱུད་བསྟན་པའི་བདག་པོའི་སེམས་ཀྱི་ཡི་དམ་ངོ་མར་རྒྱར།  
ཐུབ་བསྟན་བཤད་སྟུབ་ལྷས་ངན་རྒྱར་པའི་དེང་གི་ང་ཆོའི་འཛམ་གླིང་དུ།  
སྒྲ་མ་ལྟ་མཚོག་བྱེད་ཉིད་མ་བཞུགས་ཉམས་རྒྱུང་འགྲོ་བའི་རྒྱུད་པ་ཡིན།

ཡང་ཟབ་ཆོས་རྒྱལ་མཐའ་མི་མངོན་པ་ལྟ་ལམ་ཡངས་པོའི་རང་བཞིན་ཏེ།  
རྒྱལ་བ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་བྱོན་ཡང་ལྟག་པར་གཞན་དུ་ཡོད་མིན་པ།  
ཀྱན་མཁུན་སྒྲ་མའི་གཙུག་ལག་རི་བོའི་གསང་ན་བཞུགས་པ་འདི་ཉིད་པས།  
གཞུ་བོའི་སྟོ་མིག་ལྡན་པ་སུ་ཞིག་དགའ་བའི་འཇུག་པ་མི་གྲོལ་ཨང་།

མ་ཟབ་བཀོལ་ལ་དགོས་དོན་བསྟན་དང་ཆོག་སྦྱར་འདེབས་པའི་དབྱངས་ཏྟ་ཡིས།  
སྒྲ་ཕྱིའི་དོན་ལ་མཚམས་སྦྱར་མ་འདྲིས་བརྒྱལ་ལན་རྩོན་པོའི་བྱང་ཆ་དེ།  
ས་གསུམ་གཤམས་པའི་སྒྲ་མ་མི་པམ་ཉིད་ལས་མཁས་སྟོན་སུ་ལ་ལྟ།  
དེའི་ཕྱིར་ཁྱོད་ནི་བསྟན་པ་གསལ་བའི་ཉིན་མའི་དབང་ཕྱག་གཅིག་སུ་ཡིན།

2017/08/07

## གསེར་གྱི་ཉི་མ།

བྲང་འགྲོ། • འཛོམས་པ།

རྒྱལ་སའི་མངའ་ཐང་དེ་ལ་མ་ཞེན་ཞིང་།  
བཅུན་མོ་ཡིད་འོང་ཆོགས་ལ་མ་ཆགས་པ།  
འཁོར་གཡོག་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་མི་མཁོ་བའི།  
རི་ལ་འབྱམས་པའི་རྒྱལ་སྐས་གཞོན་ནུ་བྲན།

གྲང་ངར་གསེབ་རྩ་ཞི་གནས་མ་འདར་ཞིང་།  
ཆ་ཟེར་སྟོང་ནས་ཉིང་འཛིན་མི་ལྷ་བ།  
གཞོན་འཆའི་སྟོང་དུ་བཟོད་སེམས་མི་གཡོ་བའི།  
བྱང་ཚུབ་ཤིང་དུང་བཞུགས་པའི་བྱང་སེམས་བྲན།

སྟོང་ཉིད་འཆད་ལ་སྒྲུབ་མི་འགགས་ཤིང་།  
ཚོལ་ངན་རིགས་པས་འཛོམས་ལ་མི་འཇིགས་པ།  
གྲོགས་མེད་ཁེར་རྒྱུད་བཞུགས་ལ་མི་སུན་པའི།  
གཏན་གྱི་སྒྱུབས་གནས་བསྟན་པའི་སྟོན་པ་བྲན།

འུར་ཟེར་སྟོང་ནས་མཉམ་བཞག་མི་འབྱུགས་ཤིང་།  
འདོད་ཡོན་ལྡན་ཡིས་དབང་སྒྱུར་མ་བྱས་པ།  
ཞེ་ཡི་གཙང་པོ་ཆེན་པོ་མི་ཉྱག་པའི།  
བདུད་བཞིའི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་བ་བྲན།

2017/09/22

## སྒྲིམ་ཆེན་རི་ལས་བབས་པ།

མགོན་ཆང་དར་བྱས། • མ་ལྷོ།

ཀ་དག་ཀྱན་དུ་བཟང་པོའི་འོད་དཀར་གྱི་ཟེགས་མ།  
སྒྲིང་དབྱས་པད་མ་གཞོན་ཅུའི་སྒྲིང་ཚལ་དུ་འཕྲོས་ཏེ།  
འདོད་ཡོན་སྒྱུ་མའི་ཞེན་པ་རིང་ས་རུ་བོར་བའི།  
སྒྲིམ་ཆེན་རི་ལ་བསྟེགས་པའི་བྱང་བ་འདི་སྟན་ནོ།

སྒྲིན་དཀར་ལྷ་བར་མནའས་པའི་ལྷན་པོ་ཡི་ཁང་བཟང་།  
ཆངས་སྒྲིས་གདངས་ཀྱང་པམ་པའི་རྒྱུག་གི་སྟན་འདེབས།  
འདབ་ལྷན་སྒྲིན་པའི་དྲི་བསྐྱང་ཕྱོགས་བཞི་རུ་འཐུལ་བའི།  
དགའ་ལྷན་པོ་བྱང་འབྲུ་བའི་དབེན་གནས་ཤིག་འདོད་དོ།

སྒྱབས་མཆོག་དྲིན་ཆེན་སྒྲིམ་པའི་གསེར་ཞལ་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར།  
བསོད་ནམས་གདངས་རི་དཀར་པོའི་སྒོ་བ་རུ་བཞད་དེ།  
གཏི་མུག་མུན་པའི་སྒྲིག་རུམ་པ་མཐའ་རུ་བསྒྲིལ་བའི།  
སྒོ་གསུམ་ཞེ་སྒོ་དྲངས་པའི་ངང་ཚུལ་ཞིག་བསམ་མོ།

སྒྲིན་བསགས་ལས་སྒྲོན་བཅན་པོའི་ལྷས་མཐུ་རེ་རྒྱུང་ན།  
འཁོར་བར་འཁྲེང་བའི་སེམས་སྒྲིད་ཆོད་ཐབས་ཤིག་མ་མཆིས།  
ཉིན་བཞིན་དམ་ཆོས་འཆོལ་བའི་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་ཁྱུགས་པར།  
བཅེ་འདང་འོ་མའི་མར་ལོ་སེར་པོ་ཞིག་སྒྱུང་དོ།

ཆེ་གཅིག་སངས་རྒྱལ་བསྐྱབས་པའི་སྒྲིན་ཕྱོད་གྱི་སྒྲིས་བྱ།  
མདོ་སྒྲགས་སྒྱུ་རུ་ལེན་པའི་གོ་འཕང་དེ་མཆར་མོད།



དཔལ་རྩ་བོ་གཟེ་རྒྱལ་གྱི་གནས་ཀྱི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ཡིད་འཕྲོག་  
དྲི་ཟེའི་རྩལ་མ་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

པན་ལྷལ་འཆི་མེད་དབང་འདུས།

ན་མོ་གྲུ་རུ་བསྐྱ་སམ་གླ་མ།  
སྤང་མཐའི་ཐུགས་སློག་རྫི་ཡིག་ཁྱུ་བའི་ཁམས།  
ལྷོ་རུབ་འོ་མའི་སྤང་རུ་བལྟམས་པའི་འཕྲུལ།  
རྒྱལ་ཀུན་གསང་གསུམ་མཆན་དཔེའི་ཆེ་གཞོན་དུ།  
སྤང་མཛད་མཆོ་སྤྱོད་སྤང་མས་བདག་སོགས་སྤྱོདས།

བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་ཆོས་ཀྱི་དབྱངས་སྟན་པོ།  
བེ་རྟུར་རྒྱུད་མང་སྤྱད་པར་འདེན་པའི་སྤྱུས།  
ཟབ་མའི་དེ་ཉིད་སྟོན་མཁས་མཛའ་ན་མོ།  
མཆོ་བྱང་ལྷ་ཁྱོད་བདག་མགྱིན་ཁབ་རུ་རོལ།

རང་བྱུང་རྒྱ་ཤེལ་འོར་བུས་མཛེས་པ་ཡི།  
མཛོན་དགའི་ཞིང་མཚུངས་གཟེ་རྒྱལ་གངས་ཀྱི་རིའི།  
ཁྱད་འཕགས་ཡོན་ཏན་སྤྱོད་པའི་ལྷེ་ཆེ་འདི།  
མི་ངལ་གསུང་གི་དོ་རྩེར་བྱིན་གྱིས་སྤྱོདས།

ཨེ་མ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་ཆར་བཞིན་དུ།  
སྤྱལ་ལྷན་དད་པའི་ཞིང་སར་འདོ་མཛད་པའི།  
གནས་གསུམ་མ་དང་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས།  
རྟོགས་བརྗོད་རོལ་མོ་འཁྲོལ་ལ་གནང་བ་སྤྱོད།

ཁ་བའི་འདབ་མ་ལྷན་པོར་སྤངས་པའི་གཟིས།  
 རྩེགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འོད་དུ་དགྲིགས་པའི་དཔལ།  
 མི་མཛེད་འཛིག་རྟེན་མཛེས་པའི་དྲངས་མ་རྒྱ།  
 ལྷམ་མེར་གསལ་བའི་མ་ཡོ་གངས་ཀྱི་རི།

དདུལ་མདོག་ཁ་བའི་འདབ་མ་རེ་རེར་ཡང་།  
 རུལ་སྒྲིབ་ཞིང་གི་བཀོད་པ་ཀྱན་ཆང་བས།  
 སུ་ཞིག་དད་ཅིང་གནས་འདིར་ལྷགས་ན་ཡང་།  
 ཅ་གསུམ་ལྷ་ཡི་བྱིན་རྒྱབས་འདོད་དགུར་འཛོ།

བྱི་ལྷར་ལྷན་པོ་ཅེ་གསུམ་ཤེལ་གྱི་མདོག།  
 བར་དུ་མཆོད་རྟེན་བཀྲ་ཤིས་འོད་ལྷན་ཆེ།  
 གསང་བ་གནས་ཡུལ་ཉེར་བཞིའི་གཙོ་བོ་སྒྲི།  
 དག་པ་ཤེལ་རིའི་མཆོད་སྒྲན་ས་གསུམ་རྒྱན།

པསྒྲའི་ཟབ་གཏེར་བརྒྱད་ཀྱིས་གཏམས་པའི་དཔལ།  
 ཅ་གསུམ་ལྷ་ཡི་བྱིན་རྒྱབས་འབྱེལ་བའི་གནས།  
 རིག་འཛིན་གྲུབ་ཐོབ་བཞུགས་པའི་ངོ་མཆར་ཞིང་།  
 རྒྱུ་རྒྱའི་དད་གསུམ་འཕྱར་བའི་རྟེན་དུ་གྲུབ།

རང་བྱུང་མཆོད་རྟེན་ཚུ་ཤེལ་མདོག་ཅན་གྱི།  
 དབྱིབས་དང་བཀོད་པ་ལྷ་ཡི་གཞལ་མེད་ཁང་།  
 སངས་རྒྱུ་སྟོང་སོགས་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱི།  
 མཛེད་པ་ཕྱིན་ལས་འོད་དང་བེར་དུ་འཕྱོ།

མ་བཀོད་ཞིང་ཁམས་སྤྲ་ཆོགས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ།  
 མ་བཞེངས་སྒྲིག་གསུང་གྲགས་རྟེན་རང་བྱོན་ཤར།  
 མ་འབད་འདོད་དགུའི་སྤང་ཆར་བེམ་བྱར་འཛོ།  
 མ་བཅེགས་དདུལ་མདོག་ཁང་བཟང་ཡི་གར་འོང་།

པོ་བྱང་གླིང་དགུར་གསལ་བའི་ཤར་ངོས་སུ།  
ཅང་ཞིའི་བྲག་རི་མི་རིང་ལངས་འབྲའི་གོང་།  
ཅུ་མིག་དོ་རྩེའི་རིས་སུ་བཟ་བའི་ཁྲོད།  
ལྷ་བདུད་དོ་རྩེ་ཞེས་བྱའི་རྩ་མཆོག་ཡོད།

དེ་ཡི་མེ་ཉོག་གཡུ་ཡི་རིལ་བུ་བཞིན།  
ལོ་མ་རྩ་དར་འབྲས་བུ་བྱ་བོའི་ཚུལ།  
ཆོགས་པ་མདའ་སྒྲུག་རྩ་བ་ལ་སྤྱད་འབྲ།  
རི་མ་ནས་ཡོས་བྲོ་བ་རྩ་ཆའི་ཟླ།

དུས་བཞིར་ཁ་ཕྱོགས་རིས་མོས་བརྩེ་ཞིང་ཤར།  
མཆན་མོར་མེ་འབར་ཉིན་མོ་དུ་བ་འཐུལ།  
རྟག་དུ་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་བདུད་ཅིས་བསྐྱབ།  
གཡས་གཡོན་འཇའ་དང་འོད་ཀྱི་གྲར་ཁང་སྤབ།

མཐོང་བ་དོན་ལྡན་མེ་ཉོག་དེས་བསྐྱེད་པའི།  
འགོ་ནམས་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོར་གཞོལ་གྱུར་ཅིང་།  
གནས་སྐབས་མི་མཐུན་རྒྱུན་ལས་རྩལ་འགྱུར་ཞེས།  
པསྐྱའི་ཞལ་གསུང་བསྐྱེད་ཅོད་རྩེའི་ཆོག།

གངས་དཀར་ཤེལ་གྱི་མཆོད་ཉིན་མཛེས་པ་ཡི།  
ཤར་ཕྱོགས་སངས་རྒྱས་སྟོང་སྐྱའི་ལྷ་ཆོགས་བཞུགས།  
མངོན་འཛང་རྩ་བའི་འདུན་པ་མ་ཞོར་བར།  
གསོལ་འདེབས་སྟོན་ལམ་དད་གསུམ་དབྱངས་ཀྱིས་སྐྱལ།

ལྷོ་དུ་བེ་རྒྱར་ཡ་འོད་བཀོད་པའི་ཞིང་།  
སྐན་གྱི་སྒྲ་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ན་སྐྱབ།  
དད་དང་མོས་པས་རྒྱན་དུ་བསྐྱོར་གྱུར་ན།  
བཞི་བརྒྱ་རྩ་བཞིའི་ནད་ལས་གྲོལ་བར་གསུངས།



ཅུབ་ན་རྒྱལ་བ་ཆེ་མཐའ་ཡས་པ་སོགས།  
 སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་དཔག་མེད་སྤྱིན་ལྷ་ར་གཉིབས།  
 ཆེ་ཡི་དངོས་གྲུབ་ཆར་དུ་འཛོལ་འཁོར་གནས།  
 གཟེ་རྒྱལ་གངས་འདི་བདེ་ཆེན་དག་པའི་ཞིང་།

བྱང་ཕྱོགས་ས་བཅའི་དབང་ཕྱག་བྱམས་པ་མགོན།  
 འཁོར་དུ་རྒྱལ་སྤྱི་བྱང་སེམས་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར།  
 ཐེག་ཆེན་ཆོས་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་གནས།  
 ཡིད་དགའ་ཆོས་འཛིན་མདོ་ཁམས་དཔལ་དུ་གྲུབ།

ཤར་ལྷོ་ར་རྒྱལ་སོགས་ནོར་ལྷའི་རིགས།  
 བསྐྱའི་ཆལ་དུ་བྱང་བ་འཁོར་བ་བཞིན།  
 མི་ཟད་འདོད་དགའི་ཕྱ་གཡང་ཀྱན་འབྱེད་བས།  
 མིག་སྐྱའི་གན་མཛོད་འདི་ལས་གཉིས་པ་མེད།

ལྷོ་ཅུབ་མཐའ་འགོ་བརྗེ་སྤྱོད་ར་ཉིའི།  
 གནས་ཡུལ་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་ལྷན་རྒྱུན་རྒྱུས་པས།  
 སྤྱོད་ཆོལ་དབུ་མར་ཞུགས་པའི་ལས་བཅུམས་ན།  
 ཉམས་རྒྱུས་ཡོན་ཏན་ཡར་ངོའི་ལྷ་བཞིན་འཕེལ།

ཅུབ་བྱང་ལྷ་ཆེན་མ་རྒྱ་རྩེ་བ་ཡི།  
 གནས་ཀྱི་བཀོད་པར་མཇལ་བའི་ཡོན་ཏན་གྱིས།  
 དབང་སྤྱད་ཁྱེད་ཆུང་འཁྱུངས་ཤིང་བྱ་ནོར་འཛོམས།  
 འདི་བས་ལྷག་པའི་དབྱིག་གི་བང་མཛོད་མེད།

བྱང་ཤར་ཤན་པ་དམར་ནག་འཁྱིང་ཚུལ་ལྡན།  
 མཐུ་རྩལ་ཆེ་བ་སྤྱོད་འོད་ཟེགས་མའི་སྤྱན།  
 སྤྱིན་ལས་བཅོལ་ན་རྣམ་བཞིའི་དོན་ཀྱན་སྤྱོད།  
 དཔེར་ན་མ་དང་བྱ་བཞིན་འབྲལ་མེད་སྐྱོང་།

ཕྱི་ནང་བར་དང་ཅེ་ཡི་སྐྱོར་ལམ་གྱི།  
ངོ་མཚར་དགྱིལ་འཁོར་རེ་རེའི་མུ་ཁྱུད་དུ།  
ཆོག་ལ་སྦྱོར་མཐོང་སྒོམ་མི་སྦྱོབ་ལམ་ལྟ་ཡི།  
ཡོན་ཏན་ཀུན་ཆང་སྒྲ་མེད་བྱང་ཚུབ་རྒྱུ།

འཕགས་བོད་པའི་གྲུབ་ས་ཐོབ་བྱང་སེམས་རིགས།  
ཀུན་ཀྱང་སྤྲོ་ཆོག་ཆོས་ཀྱི་བཤོ་སྤྱོད་བཅས།  
གནས་འདིར་གཏན་དུ་བཞུགས་པའི་ངོ་མཚར་འབྱམ།  
མངལ་བའི་སྤྱད་དུ་དཀར་ཕྱོགས་ལྟ་ཡང་བྲེལ།

མདོར་ན་ཐེག་པ་རིམ་དགྱའི་ལྟ་ཆོག་དང་།  
རྒྱུད་ལྟེ་བཞི་དུག་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྦྱོང་བཅས།  
ཉི་མའི་འོད་དང་འཇའ་ཡི་ཟེར་ཤིང་བཞིན།  
གནས་འདིར་བྱིན་རྒྱབས་སྤྱིན་ཕུང་གཏོབ་བཞིན་བཞུགས།

སྤྱན་ནམས་བདུད་ཅིའི་བསྐྱེད་ཁེམ་ཕྱོགས་སུ་ལྷང་།  
འགྲོ་ནམས་ནམ་དཀར་དགེ་བའི་འོད་སྤང་བཏུང་།  
ལྟ་ནམས་མཆོད་པའི་སྤྱིན་ཕུང་ཆར་དུ་འཛོ།  
འདི་ནི་ས་ལ་སྦྱོད་པའི་འོག་མིན་ཞིང་།

དེ་སོགས་ཐུན་མིན་གནས་འདིའི་ཡོན་ཏན་ཀུན།  
གསུང་གི་དབང་ཕྱག་སྤྲོ་བའི་ལྟ་དེས་ཀྱང་།  
ཚུལ་བཞིན་བརྗོད་ལ་དོ་རྗེའི་ལྟ་སྤྱོད་རྒྱུ་ན།  
སྐལ་དམན་བདག་འདྲའི་མགྱིན་པ་ལོས་ཀྱང་ངལ།

འོན་ཏང་རྒྱ་མཚོ་ཆེ་ལས་རྒྱ་ཐེགས་བཞིན།  
བདག་སྒོ་ཀུ་ཤའི་ཅེ་མོས་རིག་ཀྱང་པའི།  
ངོ་མཚར་རྟོགས་བརྗོད་ཡིད་འཕྲོག་དྲི་ཟེའི་སྤྱོད།  
ངག་རིག་ཏམ་བྱ་ར་ཡི་སྐད་ཀྱིས་སྤྱོད་།

མ་ཚང་འགལ་བར་བསྐྱུས་སོགས་ནོངས་པའི་ངི།  
གང་མཆིས་ཆེ་རབས་དུ་མའི་ཕྱིག་ལྟུང་བཅས།  
ལྟ་དང་སྒྲ་མར་སྟིང་ནས་འཆགས་ལགས་ན།  
དག་ཅིང་ཚངས་པའི་དབྱགས་དབྱུང་བསྐྱུས་དུ་གསོལ།

འདིར་འབད་ནམ་དཀར་སྒྲ་བའི་མདངས་མཚུངས་པའི།  
ལེགས་བྱས་འོད་སྒྲ་ཡར་ངོའི་དབལ་ཡོན་གྱིས།  
དུས་ཀྱི་ཚོངས་སྐྱབ་གཏན་དུ་བསྟེལ་བྱས་ཏེ།  
འགོ་ཀྱན་བྱང་ཚུབ་སྒྲིང་དུ་ཆེན་གྱུར་ཅིག།

### ས་སའི་སྤྱེ་བོའི་ལུང་བསྟན།

འཆམ་ར་དྲི་མེད་རྒྱལ་མཆོན།

འཆལ་གཏམ་ཆོ་མེད་བཤད་དུས་བྲེལ་བྲིང་བྲིང་།  
དོན་ཆེན་གནད་རེ་སྤང་དུས་ཕྱི་བྱད་བྱད།  
རང་གི་གོ་རྟོགས་སྤེལ་བར་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་སྤྱན་པོའི་རྗེས་སུ་འགྲོ།

ཅ་ལག་ཕྱན་ཆོགས་རིག་དུས་ཁུར་ལངས་ལངས།  
ཤེས་བྱའི་རིག་གནས་མཐོང་དུས་དལ་སྟོད་སྟོད།  
རང་གི་རིན་ཐང་སྤྱན་པར་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་གཞན་གྱི་བྲན་གཡོག་འཁྱུར།

དེ་རིང་མི་ཞིག་ཐུག་ན་དགོད་ལྷང་ལྷང་།  
ཁ་སང་རོགས་ཤིག་ཐུག་ན་ནག་གོར་གོར།  
རང་གི་རྒྱ་དག་བཟོ་བར་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་གོགས་མེད་ཁེར་རྒྱང་འཁྱུར།

སྤྱེས་མ་གཞན་ཞིག་མཐོང་ཆོ་འཇུག་ཤིག་ཤིག།  
ས་སའི་བདག་མོ་མཐོང་ཆོ་ངོ་གནག་གནག།  
རང་གི་བྱིས་ཐབ་སྦྱོང་བར་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་འཆམ་མཐུན་མེད་པར་འཁྱུར།

རྒྱབ་དང་ཁྱག་ནས་བཤད་དུས་ཕུ་ཤོར་ཤོར།  
མཐུན་དང་དགོས་སར་ཐུག་དུས་ཁ་དིག་དིག།

རང་གི་ཚུགས་ཀ་སྐྱོང་བར་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་ཁྱེད་དགོད་བྱ་སར་འགྱུར།

ཕྱི་རྒྱུ་རྩ་ལྟར་བསྟན་དུས་སྟག་འབྱིང་འབྱིང་།  
ནང་རྒྱུ་མར་ལྟར་རྩོམ་དུས་མ་འདར་འདར།  
རང་གི་མི་ཆེ་སྐྱོང་སྐྱངས་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་སྐྱོབས་པ་མེད་པར་འགྱུར།

ཆུང་ཆགས་བྱ་བའི་སྟེང་དུ་གཟིག་མཆོང་མཆོང་།  
དོན་ཆེན་འགག་ལ་ཐུག་དུས་ལག་འཁོབ་འཁོབ།  
རང་གི་གཟི་བརྗེད་སྟོན་པར་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་ཆ་འཛོག་མེད་པར་འགྱུར།

ཁ་མོད་གཏམ་དང་ཐུག་དུས་འབྲུག་གཤམ་གཤམ།  
ལག་ལེན་ལག་དང་ཐུག་དུས་འཇའ་ཡལ་ཡལ།  
རང་གི་ཁ་ལག་སྟོམ་སྟངས་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་ཡིད་ཆེས་མེད་པར་འགྱུར།

དཀར་སྐྱུག་གཤོང་ལ་བཟེད་དུས་ཕག་བློས་བློས།  
ཐུབ་འབྲས་ལོངས་སུ་སྐྱོད་དུས་ཁྱི་འདྲར་འདྲར།  
རང་གི་འཛོལ་སྐྱབ་སྟངས་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་འབྲས་ཆུ་ལྡང་ནས་ལུས།

གཞན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱས་ན་སྒྲ་གཉེར་གཉེར།  
རང་གིས་གང་ཞིག་བྱས་ན་ཁ་ཆག་ཆག།  
རང་གི་རོགས་ལ་ལྟ་སྟངས་མི་མཁས་པའི།  
མི་དག་ནམ་ཡང་སྐྱོག་རྒྱང་འཕར་ནས་ལུས།

## སེམས་ལྷ།

དེུ་ནག • མགོ་ལོག

དམ་བཅའ་ཁྱོད་ལ་བརྟན་ཡོད།  
 ཏུངས་བའི་སེམས་པ་གཏད་ཡོད།  
 མི་ལ་སློ་སེམས་འབྲེལ་ཡོད།  
 དགའ་བའི་མེ་ཏོག་འབྲུལ་ཡོད།

ལུས་ལ་སློ་སྤྱད་ཡོད་སོང་།  
 སེམས་པ་ཁྱོད་ལ་ཞེན་ཡོད།  
 ལུས་པོ་ང་ལ་དབང་ཡོད།  
 འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་བྱང་ནས།

གཅིག་སེམས་གཅིག་ལ་མཐུན་ཡོད།  
 སྤྱིང་གི་དམ་བཅའ་དམར་པོ།  
 ལུ་ཡི་བསྐྱབ་ཐབས་མི་འདུག།  
 ལྷ་མེད་བཅེ་ཏུངས་ཟབ་པའི།

ཕྱིར་མིག་ཡོད་ན་ཨེ་ཆོག།  
 ཁ་ནས་སྤྱིང་གཏམ་སྤེང་ཡོད།  
 མི་ཁ་རླུང་ལས་ཆོད་ཀྱང་།  
 བདེན་པའི་གཏན་ཆོགས་བརྗོད་ཡོད།

མིག་ཆུའི་འཕྲེང་ཐག་ཡོད་སྲིད།  
 མིག་གིས་བྱར་མིག་འཕེན་ཡོད།  
 སེམས་པ་ཁྱོད་ལ་འཁོར་ཡོད།  
 སྤྱིང་ལ་ན་བྱག་ཕོག་ཡོད།

## ཐུ་ཐག་ཐུ་བོ།

དཔྱད་སྒྲུག་ • མགོ་ལོག

བཤེས་པོའི་ངག་ནས་ཨ་ཆ་འཆོར་ས་རུ།  
 བྱིས་པའི་སེམས་ན་སྒྲག་འདར་ལྷུང་ས་ན།  
 བོད་མའི་སེམས་པ་ཁྲག་གིས་རྫོན་པའི་དུས།  
 རྒྱུང་རིང་ཉི་འོད་གྲོགས་སུ་འཆར་ལ་ཉེ།

ཐིན་པོ་དབྱང་གིས་སྒྲིག་པར་འབྲབ་པའི་དུས།  
 ཉམ་ཆུང་གཞོང་ལ་འགྲམ་ལྷག་གཞུ་བའི་དུས།  
 ཆོར་བའི་མ་ཁ་སྒར་ལས་ཁྲོས་སོང་བས།  
 སྒྲག་གི་སྒྲ་སྒྲ་ཐུང་བ་ཐང་ནས་ལེན།

སྒྲུབ་ལྷན་ཤ་ཁྲག་གངས་ལ་འབྲལ་བའི་དུས།  
 བོད་མའི་སེམས་ཀྱི་གསང་མདུད་གྲོལ་བའི་དུས།  
 ཆོར་བའི་མིག་ཆུ་དབྱངས་ལ་འབྲེས་སོང་བས།  
 རྒྱུང་བཞུད་ལྷ་མོ་བཟེ་ནའང་བཟེ་ཅུ་ཆུགས།

དེ་ཕྱིར་ཁ་སེམས་བོད་པ་དཀར་བའི་མིས།  
 ཁ་བའི་དབྱང་ཐག་ཆད་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས།  
 མེད་ཁྲག་བོད་མའི་རྒྱུད་པ་འཛིན་འདོད་ན།  
 རང་ཆུགས་བཟན་པོ་བྱངས་ཤིག་ཨ་མའི་བྱ།

ཞོགས་པའི་མཁའ་དབྱགས་རྩལ་གྱིས་ཐོས་པའི་དུས།  
 ཉི་མའི་འོད་སྒྲུང་སྤྱོད་ལ་འབྲེས་པའི་དུས།  
 མེ་ཏོག་ཐང་དུ་སད་སེར་ལྷུང་སོང་བས།  
 ང་ཡི་མི་རིགས་རེ་བའི་རྫོང་ན་ཡོད།

15/07/2017

ངག་རྒྱན་ཆོགས་ཀྱིས་བྱིས་གཞིས་འཛོམས་པའི་དུས།  
 ཨ་པའི་བྱངས་ཁྲག་ཐིན་པོས་འཛིབ་པའི་དུས།  
 སེམས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་འབྲུགས་ལ་འབྲེས་སོང་བས།  
 དབྱར་ལྷ་ཆོས་པའི་རེ་འདུན་སྤྱོད་ལ་བྱབ།



## ཕྱག་བཟུལ་རྒྱ་ཡན་གྱིས་དེད་པའི་ཚར་བ།

ཆབ་རྒྱལ་སྤྲུལ།

རེ་སློ་ཆོམས་པའི་ཏབ་ཆ་སློག་འདོད་ཅིག་ཡོད་ཅུང་།  
ལོག་སློད་མིག་ལ་གཟན་པའི་སྒྱུ་གཟུགས་འདི་རིག་དུས།  
སེམས་རྩར་དཀྱིས་པའི་ན་རྒྱག་བཅན་ཐབས་སུ་ལངས་ནས།  
བདེན་གཏམ་ཞི་བའི་བྱ་དགོད་རང་བྱིས་ནས་ཤོར་སོང་།

ལམ་ལྷགས་འཁྱོག་པོའི་ཐོ་བས་ཡན་ལག་འདི་བརྟུངས་ཅུང་།  
གནས་ལྷགས་ལྟ་བུའི་སློ་མིག་ནུས་མེད་དུ་མི་བྱུང་།  
སྒོན་ཐོན་བཀོད་འདོམས་ལག་པ་སྤར་བཞིན་དུ་བརྟུངས་ནས།  
གཉིད་དུ་ཡོལ་བའི་བྱིས་སྒོར་སྒོན་མེ་ཞིག་སྤར་ཡོང་།

སྤྱི་མོ་སྒྲིང་དུ་ཞུགས་འདའི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་སྒྲིབ་པས།  
གདོད་མའི་ལྟ་སྒྱུ་མཇུག་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ་གཟན་ཅུང་།  
དད་དམ་བཅེ་དུང་རི་མོ་སྒྲིང་ག་ལ་བྲིས་ན།  
སྒྱུལ་པའི་ལྟ་མོའི་འཛོ་སྒྲིག་རང་གསལ་དུ་མཛོན་ཡོང་།

ཞེ་འཁོན་ཕྱི་མོས་ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱུ་དེ་བསྒྱུལ་ནས།  
རྒྱ་ལག་བརྟུངས་སྒྱུ་མ་བར་ནས་དུག་རྒྱངས་ཤིག་འཕྱར་བ།  
སྤྱོད་བདུད་བྱུག་བྱ་ཡི་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་ཅུང་།  
མི་བརྟན་མི་རྟག་རྒྱང་གིས་ནམ་ཞིག་ལ་སྤྱར་ངེས།

དག་པོའི་ལྷགས་འཁོར་ཅན་གྱི་སྤར་མོ་ཡིས་བྲད་ནས།  
ལྷ་རིག་ཡན་ལག་རྒྱུང་སའི་ཆེ་ར་འདི་གཏོར་ཅུང་།

ཤེས་ཡོན་སྒོ་གཤོག་ཐིག་ལེ་མཁའ་དབྱིངས་སུ་འཕྲོས་ན།  
འབྱུང་པོའི་སྒོ་སྒྲིང་འདར་བའི་བྱུང་ཏུགས་ཤིག་འཛོག་ཆོག །

འོད་ལྷན་ཚུ་ཤེལ་ཟླ་བ་གཟའ་ཆོད་ཀྱིས་བཟུང་བ།  
ལྷན་པའི་རྩལ་ཆེན་འཕྲུགས་པའི་དུས་ངན་ཞིག་ཡིན་རུང་།  
གང་བྱུང་བཟོད་པའི་ལམ་གྱི་ལྷ་བ་ལ་གནས་ན།  
ལྷན་བྱུང་གཤིས་ཀྱི་འོད་ཟེར་གཏན་མེད་དུ་མི་འགོ།

ལྷན་པག་པའི་མོ་ཤ་ཤིས།

སྐྱ་སྐས་གངས་བུ་འཇུ་མ་གྲོ་ལ།

སྒྲུག་བསམ་ཡིད་ཀྱི་པད་དཀར་ཆོམ་བྱ་ལས།  
 རྣམ་པར་བཞད་པའི་བྱི་བཟང་བདུད་ཅི་སྒྲིབ།  
 དགེ་བའི་སྒྲུབ་མེན་ཆོམ་སྤང་བྱ་ཆར་ལས།  
 སྤྱིང་གཏམ་ཆོག་གི་མདུད་པ་ཆོར་རིས་པཔ།

ཚོག་གི་སྒྱུ་རྩལ་སྒྲན་ངག་ཚེར་རིས་ལས།  
 ཡུལ་གྱི་དགའ་སྐྱོ་ཆགས་སྤང་རིམ་གྱིས།  
 སྤྱིད་ལ་སྦྱག་གི་འཛོལ་འཛིང་གཏམ་འདི།  
 དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོའི་ལག་གི་ཁྱེད་འཇུག།

མེ་ཏོག་དཀར་དམར་གོ་རིམ་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱིར།  
 རྩིན་གྱི་བར་གསེབ་ཆོར་སྐབས་སྟན་ངག་གིས།  
 འཆོ་བའི་གོམ་ཁ་ཁྱིམ་ཆོས་གར་ལས།  
 ལོ་དང་ཁྱབ་སྟན་ངག་རྩིན་གིས་གིས།

འཆོ་བའི་ཁྲི་ཡི་དཔལ་ལྷན་ཆོག་པའོ།།  
དགའ་སྟོན་ཆགས་སྒྲུབ་བཅེ་དྲུག་ཆོག་སྟེར་ལས།།  
རྒྱ་པའི་ཡོལ་ངོས་འཆར་བའི་མཆར་སྒྲུབ་མཛད་སོ།།  
དབྱུངས་གསལ་མོ་བཞིའི་སྟུན་དག་ཆོར་རིས་ཡིན།།

## འཛོམས་པ་ཡག་མོ།

དབལ་ངམ།

ང་ལ་དབང་བའི་མི་ལམ་ཞིམ་པོ།  
ཕ་ཡུལ་གྲོང་གི་པང་ནས་འཛོམས་པ།  
སྐད་ཆའི་རྒྱབ་ཀྱི་སྒྲན་ཤར་བྱ་མོ།  
ཀ་ལ་བིང་ཀའི་སྒྲ་དབྱངས་འཁོར་བ།

གཡང་མོ་ལྷག་གི་བལ་ཁ་ཡོད་འདུག།  
དབྱངས་ཀྱི་ཕྱིང་བའི་སྐད་པ་མཐུད་དེ།  
ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་གྲོལ་བར་བྱས་ནས།  
སྒྲི་འགོ་དབེན་པའི་སྲང་ལམ་དོག་མོ།

མཆན་མོ་མང་པོ་འཛུམ་ཀྱི་གཡུལ་ས།  
སེམས་ཀྱི་ལ་བ་རྩོན་པོས་འོག་ནས།  
དབྱར་གཞུང་ཐང་གི་མེ་ཉོག་དམར་པོ།  
སེམས་ཀྱི་འོངས་སྒྲིད་པང་ཀར་སྒྲངས་ནས།

མཆན་མོའི་མགུལ་ལ་མགོ་བོ་བཅར་དུས།  
ངལ་བའི་མེ་ཉོག་དགུང་ལ་འཕྱར་ཡོང་།  
སེམས་ཀྱི་མི་ལ་འཛོམས་པ་ཡག་མོ།  
ནམ་ཤེས་ལྷ་དང་སྤེལ་བ་བྱས་ཡང་།  
མིག་གི་གཤོག་སྒྲེ་བྱེད་རང་བཟུང་ཡོད།

2017/7/12

## ཁེར་ལང་སེམས་ཀྱི་རིམ།

ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རིམ་ལ།

ཆར་ཆུ་ཤག་ཤག་འབབ་པའི་རི་སྒུལ་དེ་ནས།  
 རྩ་བ་དབྱངས་ལ་ཉན་པའི་ལམ་ཁ་དེ་ནས།  
 འཛོམས་ཀྱི་གཞུགས་མཛེས་པའི་མི་མོ་ཐེབས་ཐུང་།  
 ཡིད་འོང་འཛུམ་དཀར་ཁྲ་མོ་གང་དུ་བྱུག་ཡོད།

ལྷན་པའི་སྐད་གསུང་བཞུར་བའི་རང་བྱིས་དེ་ནས།  
 ལྷན་མེད་འཛུམ་དཀར་དོད་པའི་མཆོ་སྒྲོལ་ཡག་མ།  
 སེམས་པ་གངས་དཀར་འབྲ་བོ་གང་དུ་འཆང་ཡོད།  
 འཆང་ནས་སྤྲིང་གི་དབྱུག་ན་འཐད་ཀིན་ཞེ་ཡོད།

ལྷག་སྟེ་དྲན་པའི་དོགས་ན་སྒུ་ཞིག་གསལ་ཡོད།  
 ལྷན་ཆོགས་མི་མང་འཛོམས་པའི་ཁྲོམ་ར་དེ་ནས།  
 ཅལ་འཛོགས་ཏུར་གྱིས་ཁེངས་པའི་བྱར་ཀ་དེ་ནས།  
 དམར་མཛེས་ཡིད་འཛོགས་ལྷ་མོ་དལ་གྱིས་ཆས་སོང་།

དམར་སེར་མཆོམས་སྤྲིན་བཞད་པའི་རི་ཆེ་དེ་ནས།  
 རྩ་ཤེས་གཏད་སོ་མེད་པའི་དུས་སྐབས་དེ་ནས།  
 བཅུ་དྲུག་སྤྲིན་པའི་དགའ་མ་གཤིས་འཇམ་ཅན་པོ།  
 འཛུམ་པའི་བྱར་མིག་ཁྲ་བོ་འཐེན་བཞིན་ཞེ་ཡོད།  
 འཕངས་ནས་སེམས་པའི་སྒྲུག་ན་སྒུ་ཞིག་བཙལ་ཡོད།

ལག་ཆུང་འགྲུལ་ཙམ་བྱས་ཏེ་སྒུ་ཞིག་དྲན་ཡོད།  
 དྲན་བཞིན་བཅེ་སེམས་དོ་མ་སྒུ་ལ་འཁོར་ཡོད།  
 གཟི་འོད་སྒྲ་ལྷ་འཛོམས་པའི་བར་གསེང་དེ་ནས།  
 དྲན་ཤེས་གང་སར་གཡོ་བའི་ཉིན་ལྷའི་དབྱུག་ནས།

ཞལ་སྟོ་བིམ་པ་བཞིན་དུ་མཛེས་པའི་ཕྱི་མོ།  
 སེམས་པའི་བྱར་དོགས་དེ་ན་སྒུ་ཞིག་བཞག་ཡོད།  
 བཞག་སྟེ་ཆོག་གི་དམ་བཅའ་རི་ལྷར་བཀོད་ཡོད།  
 མཛད་བྱང་ཀྱུ་མུད་འཛུམ་པའི་མཁའ་དབྱིངས་དེ་ནས།

## བྱེད་ལས་འདར་ཆེན་སྒྲུ་ཡང་མེད།

དེ་ལྟ་མིག

བྱེད་ནི་བདག་གི་མིག་ལ་མཛོན་པར་མཐོ་བའི་གངས་རི་དཀར་པོ་ཡིན།  
 བྱེད་ནི་བདག་གི་མལ་སའི་སྤྲེང་གི་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ཉལ་ཁེབས་ཡིན།  
 བྱེད་ནི་བདག་གི་སེམས་ཀྱི་ནང་དུ་འཁྱུར་བ་མེད་པའི་བྲག་རི་ཡིན།  
 བྱེད་ལ་དགའ་ཞིང་བྱེད་ལ་དུངས་བ་སྤྱོད་པ་མེད་པའི་སྤོན་ལམ་ཡིན།

ལྷ་མོ་རེད་ཟེར་སྐྱེ་པར་ཞིག་ལ་དགའ་བའི་དད་པ་འཛོག་དགོས་མེད།  
 ཆོ་ལྷ་ཞེས་བྱ་སྐད་ངག་སྒྲན་ཡང་སེམས་ཀྱི་བཅེ་བ་སྤྱོད་དོན་མེད།  
 ལྷ་མོ་མིན་ལ་ཆོ་ལྷ་མིན་པའི་བཅེ་བ་ཡོད་མདོག་བྱ་མོ་མང་།  
 སྤྱིག་ཉམས་ལང་ཆོ་སྐྱེ་ལ་བཀྲ་བའི་སེམས་བཟང་ཅན་གྱི་བྱེད་འཇུག་དཀོན།

མཁའ་རྩ་གནས་པའི་ལྷ་བ་ལྷ་མོར་དུངས་བའི་སྒྲན་ངག་འབྲི་བསམ་མེད།  
 སྤྱིག་བརྟན་ནང་གི་མཛེས་མ་རེད་ཟེར་ཆགས་པས་མིག་ཟུར་མི་གཡོ་སྤྱོད།  
 འཁྱུལ་སྤང་མིན་ཡང་ཆེ་ལམ་མིན་པའི་སེམས་ཀྱི་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་ཉིད་ལ།  
 དཀར་ལ་དམར་ཞིང་འཇུག་གིས་ཁེངས་པའི་མི་ཆེའི་སྒྲན་ངག་བྱེད་ལ་འབྲི།

འཕྲིན་མཐོན་བརྒྱུད་ནས་སྐད་ཅིག་བསྐྱུར་ན་སྤྲོད་སྤྱིག་སྤོན་མར་བསྐྱུར་བར་བྱ།  
 པོད་འཕྲིན་སོགས་ལ་པར་རེ་འཛོག་ན་སྤྲོད་གི་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་ཉིད་འཛོག།  
 མི་གཉིས་བར་ལ་གཏམ་ཞིག་བཤད་ན་བདག་གི་དགའ་མ་སྤྲོད་བ་ཡིན།  
 འཁྱུལ་བའི་ཆེ་ལམ་དེ་ཡི་གསེབ་ན་ལྷ་མོ་བྱེད་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན།

འཁོར་བའི་བྱེ་ཐང་བཟོད་དུས་དཀའ་ཡང་བྱེད་རང་ཡོད་པས་ཁྱུ་པ་མེད།  
 ལུར་ལུར་ཟེང་ཟེང་ལམ་བྱ་འདི་ནས་བྱེད་དང་འགྲོགས་པས་སྤོན་པོ་མེད།

ཁ་ཁ་མངོས་མངོས་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་སྟོང་སྟུག་ཡོད་པས་རྫོད་ཁོལ་ཡོད།  
ང་ཡི་རྒྱལ་ནི་འགྱུར་བ་མེད་པས་བྲག་རི་བཞིན་དུ་བརྟན་པོ་ཡིན།

ལྷགས་རྒྱང་ཁོད་དུ་ཁྱོད་རང་མ་འགོ་བྱེད་ཉིད་འབྲག་ན་ཅི་ཞིག་བྱ།  
ས་རྩོམ་སོགས་མ་ཐུག་མ་ལས་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་རྒྱུད་བསྐྱད་འགོ་ལགས།  
གནག་སྐྱམ་ལན་བྱ་བདག་ལ་སྤིང་དང་དྲངས་བསེལ་རྒྱ་ཡིས་བསྟུ་བར་བྱ།  
ཁ་ཤ་ཆལ་དཀར་འདྲ་བ་དེ་ལ་བདག་གིས་འཇམ་པོས་འོ་ཡང་བྱེད།

བྲན་པའི་མིག་རྒྱ་ས་རུ་མ་ལྟར་ཆོ་འདིར་མཉམ་འགོ་མཉམ་འདུག་བྱེད།  
སྟོ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་གཞན་ལ་མ་བཤད་དཀའ་སྟུག་ཅི་འཕྲད་མཉམ་འབྲུར་བྱེད།  
རིང་ཡང་ཐུང་ཡང་ལུས་རྟེན་འདི་ལ་ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་འགོ་རྒྱ་ཡིན།  
དགའ་ཡང་སྟོ་ཡང་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་ཁྱོད་ལས་གཞན་པ་སུ་ཡང་མེད།

དགའ་བའི་འཇུམ་མདངས་ཤིག་ཤིག་སྟོན་བཞིན་སེམས་གཏམ་ཡོད་ཆད་ང་ལ་ཤོད།  
སྟུག་པའི་སྤྱིང་སྤྱིང་ལ་འཕོས་དང་ང་ཡིས་སྟུག་བསྐྱལ་སེལ་བར་བྱེད།  
ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་བྱ་ཁ་འདི་ནས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་བཀལ་བར་བྱ།  
ཁྱོད་དང་མཉམ་དུ་འབྱོར་ཡང་དབུལ་ཡང་བྱིས་གཞིས་མཉམ་དུ་རོལ་རྒྱ་ཡིན།



## དབྱངས་ཅན་མའི་ལང་ཚོ།

ཆབ་གངས་དགའ།

གཡས་སྐྱོར་ཁ་མོ་ལ་དབྱ་ལྷང་ཤིག་ཤིག།  
གཡོན་སྐྱོར་མཉན་མོ་ལ་སྒྲི་རྒྱན་སིལ་སིལ།  
གར་རྒྱུ་ཉམས་འགྱུར་ལ་རང་དབང་ཐོབ་པའི།  
ཆངས་སྒྲིབ་དགའ་མ་དེ་གར་གྱི་བདག་མོ།

ངག་རིག་སྒྲིབ་མང་གི་དབྱངས་ཏྲ་སྒྲིབ་སྒྲིབ།  
སྒྲིབ་དཀར་སྒྲིབ་བྱ་ཡི་རོལ་མོ་དེར་དེར།  
དད་པའི་ཆོས་དབྱངས་ཀྱི་མགྱུར་མ་ཁུར་ཁུར།  
དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོ་དེ་ལྷ་ཡི་སྒྲིབ་མོ།

ལྷེམ་ལྷེམ་སྒྲིབ་སྒྲིབས་ཀྱི་གར་ལ་རོལ་དུས།  
དཀར་དཀར་འོ་འཛིན་གྱི་མཆན་བཟང་སྒྲིབ་སྒྲིབ།  
གར་གྱི་འདུ་བ་ལ་རོལ་ཞིང་རོལ་དུས།  
ཕྱག་གཏུབ་ཞབས་གཏུབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སིལ་སིལ།

སྒྲིབ་སྒྲིབ་མགྱུར་མ་ལ་དད་པས་འཁྱུད་དུས།  
བག་རྩོ་བྱིན་སྒྲིབས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་འཐིབ་འཐིབ།  
ཟབ་ཟབ་དབྱངས་ཏྲ་ལ་ཉན་ཞིང་ཉན་ན།  
རིག་བྱེད་སྒྲིབ་ངག་གི་འདུ་བ་ལོང་ལོང་།

དུང་བའི་ཞལ་འཇུག་གིས་བྱར་མིག་འཁྱུག་འཁྱུག།  
མཆུ་སྒྲིབ་པད་མོ་ཡི་འདབ་མ་བྱུང་བྱུང།  
མཆན་བཟང་བ་མཆོག་གི་རྩི་མ་ཀྲབ་ཀྲབ།  
ཆངས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་མེད་མ་མཆར་སྒྲིབ་བདག་མོ།

ཡག་ཡག་ལངས་ཆོ་ཡི་མཆར་སྒྲིབ་དོམས་དུས།  
ཞལ་མདངས་དཀར་དམར་གྱི་འཇུག་པ་ལྷལ་ལྷལ།  
ཆོག་གི་བདག་པོ་ལ་ཆོག་གསུམ་སྒྲིབ་དུས།  
ཐག་བཟང་ཆོམས་ཐོང་གི་བཞད་པ་ལྷོད་ལྷོད།

## ཀ་ཕྱེང་བྱིས་པའི་ཆེད་འཇོ།

བསྟན་འཛིན་ཉི་མ། • རི་བོ་ཆེ།

ཀ་ཡེ་གསོན་དང་སྤྱིང་དམར་གཅེས་ཕྱག་གི་བདག་པོ།  
 ཁ་ལ་ཞིམ་དགུ་ཟས་སུ་རུང་བ་རང་མིན་པས།  
 ཀ་ལེར་སྟོན་ལ་བརྟག་དབྱེད་ཟབ་མོ་ཞིག་མཛད་དེ།  
 ང་ཆོའི་གཅེས་ཕྱག་བདེ་ཐང་འཆོ་བ་རུ་འབྱུངས་ཤིག།

ཅ་ཙཱ་འདྲུ་འཛིས་ཁེངས་པ་དེང་དུས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས།  
 ཆ་མེད་སྟོད་ངན་མང་པོས་སྒོ་སྒྲ་དེ་འགྱུར་བས།  
 ཇ་ཆང་ཅེ་འཛོ་བརྟན་སྒྲོས་བག་མེད་ཀྱི་འཆོ་བ།  
 ཉ་ཉུང་བྱ་བའི་མིག་ལྟོས་ངན་པ་དེ་མ་འཛོག།

ཏ་ལེར་ཡེ་ཤེས་སྟོན་མེད་གསལ་ཆ་དེ་ཕྲ་ཡང་།  
 ཐ་དད་ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་མ་འདྲེས་པར་གསལ་བའི།  
 ད་ལྟ་ཉིད་ནས་བཙོན་པའི་སྟོབས་པ་ཞིག་མེད་ན།  
 བ་ཆ་ཙམ་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་གདོང་ལེན་ནི་མི་རུས།

པ་ལོ་བྲེག་ནས་དམ་ཆོས་སྒྲུབ་སྐྱེད་ཞིག་མེད་ཀྱང་།  
 ཕ་མའི་འོས་འགན་ཨ་ཕྱི་ཨ་ནེ་ལ་བཙོལ་བའི།  
 བ་ལང་ལས་ཀྱང་ལོད་པའི་ལོག་སྟོད་དེ་བོར་ནས།  
 མ་སྐྱེས་བྱ་ལ་བྱམས་སྟོང་ལེགས་པོ་ཞིག་དགོས་སོ།

ཅ་གེ་ཅིག་གེ་བྱིས་པའི་ཕྱ་རགས་ཀྱི་ཆོར་བར།  
 ཆ་གང་རན་པོ་ཞི་དག་ཐབས་མཁས་ཤིག་མེད་པར།  
 ཇ་གད་མཆོད་མཆོད་གཅེས་པའི་ལང་ཤོར་གྱི་སྒྲོས་གར།  
 མ་སྒྲིས་རྒྱལ་པོར་གྱུར་པའི་སྒྲོ་གར་ཞིག་འཁྲབ་ཡོང་།

ཞ་འོན་སྐྱག་པ་དག་གི་སྒྲིང་སྒྲོབས་ལ་དབྱད་དང་།  
 ཟ་གྱོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པ་དུད་འགྲོ་ཡི་ངང་ཚུལ།  
 འ་ཅག་རིགས་ལ་གཅེས་པའི་མེས་པོ་ཡི་ཤུལ་འཛིན།  
 ཡ་རབས་མིག་དཔེར་འཛིན་པ་མ་མ་ཡི་བཀའ་སློབ།

ར་བ་གངས་ཅན་སྒྲོངས་ནས་ཡབ་ཡུམ་གྱི་གནས་བབས།  
 ལ་རྒྱས་འཛིན་ན་ཤེས་རིག་ནོར་བུ་ཡི་ཕ་རྒྱ།  
 ཤ་རུས་འབྲེལ་བའི་བུ་ཡི་གཙུག་རྒྱ་དུ་བཀོད་ན།  
 ས་ཕྱོགས་གང་དུ་བྱིན་ཡང་འགུན་ཟླ་ཞིག་མེད་དོ།

ཏ་ཅང་མི་སྒྲན་གྱི་ཆགས་ལྷ་བསྐྱེགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ།  
 ཨ་མཆར་ཀ་ཕྱིང་ཚུལ་དུ་ཤོག་ཤོག་ཏུ་བཀོད་པ།  
 ཉ་ལམ་བསམ་བཟང་ཡིན་པའི་ཆོར་སྒྲིང་གི་ལམ་ནས།  
 ཨ་ཉོག་ལྷས་སེམས་བདེ་བའི་ལེགས་སྒྲིས་སུ་ཕུལ་ལོ།

## དུས་ཀྱི་སྒྲུང་བ།

སྟོབས་ལྷན་ཆེ་རིང་།

སློབ་པ་ནག་པོ་ཡལ་བས་གཡའ་དག་མཐོན་ཐིང་ནས།  
 བདེ་སྲིད་ཉི་མ་སེར་པོ་ཤར་ཞིང་འོད་ཀྱི་ཟེར།  
 ས་གཞིར་འཕྱོས་ནས་ལྷང་མདོག་རྩ་ཐང་ཡངས་པོར་བཏང་།  
 རྩ་ནས་འབབ་པའི་རྩ་ཆུ་ཐུར་དུ་བཞུར་སོང་ལ།  
 ཐབ་ནས་འབར་བའི་མེ་ལྷེ་གྲེན་དུ་འབར་སོང་བས།  
 དུས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཁྱོད་ཀྱང་མཁའ་ལ་ལྷང་ནས་དགོས།  
 ཁྱོད་ནི་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཞིང་དུས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཡིན་གྱི་ཕྱིར།  
 དེས་པར་ལྷང་དགོས་མེས་པོ་དག་ཀྱང་ལྷང་ནས་སོང་།  
 མཁའ་མཐའ་རྩིང་ཞེན་རྩལ་གྱི་གང་འདི་གཏོར་ཕྱིར་དང་།  
 ལྷ་ལྷའི་དུད་སློབ་ནག་པོ་གཏོར་ཕྱིར་ལྷང་དགོས་ལ།  
 བག་འཁུམ་ཡིད་ཀྱི་སྒྲུག་ལྷང་གཏོར་ཕྱིར་ལྷང་དུ་དགོས།  
 ལྷང་དགོས་མེས་པོའི་སྒྲུག་འཛིན་ཕྱིར་ལྷང་དུ་དགོས།  
 ས་རུས་གངས་ཀྱི་མདངས་ལས་ཆད་ཕྱིར་ལྷང་དུ་དགོས།  
 མ་ཁྲག་འོ་མའི་མཚོ་དང་འབྲས་ཕྱིར་ལྷང་དུ་དགོས།  
 གངས་འདབ་ཁ་བ་ས་མཐར་དེད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱི།  
 གས་ཤོར་སྒྲིང་གི་ཆ་ཁ་གསོ་ཆད་ལྷང་དགོས་ཅིང་།  
 གངས་རིའི་ཆེ་ཡི་རྩེས་ལུས་སློབ་གྱི་ཐ་སྲུང་དེ།  
 གཏོར་ཕྱིར་ལྷང་དགོས་མེས་པོའི་སྒྲིང་གི་དུས་སྒྲུང་ལགས།  
 ཁྱོད་ནི་གངས་དཀར་ལྷ་ཡི་ཨ་མའི་རེ་བ་དང་།  
 ཡངས་པའི་རྩ་ཐང་ཨ་མའི་སྒྲུག་འདུན་དེ་ཡིན་ཕྱིར།

ལྷང་དགོས་གངས་དཀར་ཤེལ་གྱི་གྲོང་ནས་ལྷང་དགོས་ལ།  
 འོ་བྲི་ཐུལ་བའི་རྩ་ཐང་དེ་ནས་ལྷང་དུ་དགོས།  
 བྲོད་ནི་རྒྱང་བུ་ཡིན་ཕྱིར་ནམ་ཞིག་ལྷང་ངེས་ཏེ།  
 ཡིན་ཡང་ནམ་ཞིག་ལྷང་མགོ་བརྩམས་ཀྱང་ཆོག་པ་མིན།  
 ཆས་བའི་དུས་ནི་འཁོགས་པའི་དུས་དེ་ཡིན་འགྲོ་ལ།  
 གཞོན་པའི་དུས་ནི་མགོ་ཚུམ་དུས་དེ་ཡིན་པས་ལགས།  
 ཕྱག་རྒྱུ་ཤོག་ངོར་རྟོགས་ནས་འཆི་བའི་སྒྲིལ་ཆེན་འགས།  
 སེམས་ཀྱི་ཞེན་པ་བྲེད་ལ་འཁྲེན་བཞིན་ཡོད་ངེས་ལ།  
 རུས་པ་གངས་ལ་བྱུག་པའི་རིགས་ཞེན་དཔའ་རྒྱོད་ཆོད་ཆོད།  
 རྩ་ཤེས་བྲེད་ལ་འཁྲེན་ཞིང་རེ་བ་བརྒྱབ་ཀྱིན་ཡོད།

## ཁ་པར་གྱི་དེ་ཉིད།

དགྲུང་མོར་རིག་ཐུག་པས།

གོ་རྟོགས་མཐོན་པོའི་ཆད་ལ་མ་སླེབས་ཀྱང་།  
 གོ་ཁའི་ས་ལས་གོམ་གང་མ་བཀལ་བར།  
 གོ་ལའི་གནས་ཚུལ་གསལ་བོར་ཤེས་པ་འདིས།  
 གོ་དོན་སེམས་ལ་ཉར་ཆེ་ཁ་པར་མཐོ།

ཁ་པར་འདི་ཡིས་ཡུལ་སྐོལ་གོམས་གཤིས་བསྐྱར།  
 ཁ་པར་འདི་ཡིས་གྲུབ་མཐའི་ཆགས་སྣང་བསྐྱར།  
 ཁ་པར་འདི་ཡིས་མིག་གི་བྱེད་ལུས་འཕྲོག།  
 ཁ་པར་འདི་ཡིས་སེམས་ཁམས་བདེ་ཐང་དགྲུགས།

ཁ་སང་དེ་རིང་བརྟེན་འཕྲིན་དུས་རབས་ཞེས།  
 ཁ་ཆང་ཁ་པར་ཁོ་ནར་ཅིང་དགས་པས།  
 ཁ་ཏོན་དགེ་སྦྱོར་བོར་བའི་སེར་མོ་དང་།  
 ཁ་ཁར་སོང་བའི་བཟང་ལྷ་ཅི་མང་རེད།

ཁ་པར་ནང་ན་ཤེས་བྱའི་སྒོ་མོ་མང།  
 ཁ་པར་ནང་ན་གཡོ་སྦྱུའི་ཁྱུག་མགོ་མང།  
 ཁ་པར་ནང་གི་བཟང་ངན་སྦྱོད་སྒོ་ནམས།  
 ཁ་ཆང་ཤེས་ནི་དགོན་ཡང་བཀོལ་མཁན་མང།

ཁ་ཆེན་དབང་ཆེན་སྡེ་བའི་དཔོན་པོ་དང་།  
 ཁ་ཏོན་དགེ་སྦྱོར་བྱེད་པའི་བྲ་སྤྲུགས་དང་།  
 ཁ་རྒྱབ་ཅམ་ཡང་དགོན་པའི་དབུལ་བོ་སོགས།  
 ཁ་པར་ལམ་ན་མེད་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད།

ཁ་པར་ནང་ན་མཐོང་གྲོལ་སྒྲ་བརྟན་དང་།  
 ཁ་ཏོན་དགེ་སྦྱོར་སྤྲུག་པ་སྦྱོངས་ལུགས་སོགས།  
 ཁ་ཆང་ཤེས་བྱའི་ཡོན་ཏན་སྣ་མང་ཡང་།  
 ཁ་སྦྱོགས་དེ་འདྲར་འཁོར་ནི་ཉུང་ཉུང་རེད།

ཁ་པར་ལམ་ན་བྲ་བས་བསྐྱབ་པ་བརྟེན།  
 ཁ་པར་ལམ་ན་སྤྲུགས་པས་བསྐྱེད་བསྐྱེད་བརྟེན།  
 ཁ་པར་ལམ་ན་སྐོབ་མས་ལས་བྱ་བརྟེན།  
 ཁ་པར་ལམ་ན་ཀུན་གྱིས་ཡོད་ཆད་བརྟེན།

ཁ་པར་བཟང་རབས་བཤད་ནས་བསྒྲོད་ནི་མིན།  
 ཁ་པར་ངན་རབས་སྤང་ནས་སྤང་ནི་མིན།  
 ཁ་ཁོག་མེད་པར་བཤད་པའི་དྲང་གཏམ་འདི།  
 ཁ་པར་ངོས་ལ་བྲིས་པའི་བདེན་གཏམ་ཡིན།

## དེ་མ་ལ་ཡའི་དབྱ་འཕང་མཐོ་བར་ཤོག

ཆབ་བླག་པོ་ཉ། • བ་རན་སི།

འདི་ནས་རྒྱུ་རིང་གི་ཤར་ཕྱོགས་གནས་མཐའ་ཞིག་ན། གནས་འདེགས་ཀྱི་ཀ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད། དེའི་མིང་ལ་གངས་མཐོན་མཐིང་རྒྱལ་མོ་ཟེར། དེ་ཡི་རི་རྒྱུད་ནི་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་རུབ་མཐའི་ལྷགས་རི་སྟེ། བོད་སྲིད་པ་ཆགས་པའི་གངས་རི། འཛམ་གླིང་རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་དེ་མ་ལ་ཡའི་ན། དེ་ནི་ལྷ་དང་སྤྱི་བཞུགས་ཡིན། དེ་ནི་མི་རིགས་དུ་མའམ་རིག་གནས་སྣ་ཆོགས་ཤིག་གི་གར་སྟེགས་མཐོན་པོ་ཞིག་ཡིན། ཞི་བདེའི་སྤྱི་རི་ཡིན། དེ་བས་བྱེད་ཀྱི་དབྱ་འཕང་རི་སྲིད་མཐོ་བར་སྟོན།

དེ་མ་ལ་ཡའལགས། བྱེད་ནི་གནའ་སྤྱི་མོ་ཞིག་ལ་མཐའ་ཡས་མཆོ་མོ་ཞིག་ཡིན་སྟེ། དེང་སང་ད་དུང་ཡང་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་པོ་འགོ་བྱུངས་ཡིན་པས་སྤྱི་བཞུགས་པོ་ཟེར་བའང་བྱེད་ཡིན་ལ་བདུད་ཅིའི་གཏོར་མཛོད་ཟེར་བའང་བྱེད་ཉིད་ལགས་སོ། དེ་བས་བྱེད་ནི་འཛམ་གླིང་སྟོན་བཅུད་གཉིས་ཀྱི་ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་ཡིན། ནམ་ཡང་གངས་དཀར་པོའི་དབྱ་རྒྱ་བཞེས་ཉི་གངས་ཆབ་བསེལ་མའི་དངོས་གྲུབ་སྟོན་བར་མཛོད་ཅིག

ཀྱི་དེ་མ་ལ་ཡ། ང་ཆོ་ཆང་མ་བྱེད་ཀྱི་འདབས་རོལ་ནས་ཡུལ་ཀྱང་བའི་སྤྱན་རྒྱ་མི་རིགས་ཡིན། གངས་རིའི་གཅིས་སྤྱག་ཡིན། ང་ཆོ་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་ལྷ་སྤྱང་གཅིག་ལས་མཆེད། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དད་མོས་གཅིག་ལ་ཐེམ། རིག་གནས་ཀྱི་སྟོག་ཤིང་གཅིག་གིས་སྤེལ་བའི་དེ་མ་ལ་ཡའི་མི་ཡིན། མི་ཡི་བྱམས་བཅེའི་བདག་པོ་ཡིན། དེ་བས་ངས་དེ་རིང་ཁྱ་ཆོའི་མཛའ་བཅེ་དེ་མ་ལ་ཡའི་རི་རྒྱུད་ལས་བཟོན་ཅིང་རྩོམ་སྒྲུང་མའི་དབྱ་ཆེ་ལས་མཐོ་བ། གངས་རྒྱུང་རིང་མའི་བཞུར་རྒྱུ་ལས་རིང་བའི་སྟོན་འདུན་ལ།

རི་བོ་དེ་མ་ལ། རྒྱལ་མཆོམས་ཤིག་གི་ལྷགས་རི་ཡིན། ལུས་ཀྱང་བཞུལ་མི་ཐུབ།

རི་བོ་དེ་མ་ལ་ཡ། ལོ་རྒྱས་ཤིག་གི་རྩོམ་རི་ཡིན། ལུས་ཀྱང་གཏོར་མི་ཐུབ།

རི་བོ་དེ་མ་ལ་ཡ། མི་རིགས་དང་རིག་གནས་དུ་མའི་ལ་རྒྱུའི་དར་ཆ་ཡིན། ནམ་ཡང་མཐོ་ཅུ་སྟེང་།

རི་བོ་དེ་མ་ལ་ཡ། ས་ཡི་གོ་ལའི་སྤྱི་གཙུག་ཡིན། འཛམ་གླིང་སྤྱི་མའི་བཞུགས་ཁྲི་ཡིན། བསྐྱལ་པའི་

བར་དུ་གཡོ་བ་མེད་ཀྱང་ཅིག།



## བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ།

ཁམས་སློན་ཉེ་རུ་ཀ • ཡུལ་ལྷལ།

དུས་ཆོད་ཀྱི་ཚུ་མོ་མདུན་ནས་མདུན་དུ་བཞུར་ནས་ལོ་ཟླའི་རྟ་པོས་བདག་གི་དཔལ་བ་རུ་བྲིས་པའི་རི་མོ་དག་རེ་ཟབ་  
ནས་རེ་ཟབ་དུ་སོང་ན་ཡང་དུན་ཤེས་ཀྱི་ཡོལ་བའི་ངོས་ནས་ནམ་ཡང་བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ་དེ་གཏན་ནས་བརྗེད་  
མི་སྲིད། ངའི་སྤྱིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་དང་། ཞེ་ཁོག་པའི་དབུས། སེམས་བསམ་པའི་དཀྱིལ་ནས་བརྗེད་དཀའ་བའི་  
ཉིན་མོ་དེ་གཏན་ནས་བརྗེད་མི་སྲིད།

བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ་ནི་ང་ཚོའི་བྲང་ཁོག་དུ་འཕྱོ་བའི་རིན་བྲལ་གྱི་ཐ་སྟད་གསོན་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། བརྗེད་  
པར་དཀའ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལྷབས་ཕྱིང་རེ་རེ་ཡང་ཡིན། བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ་ནི་ལོ་ཟླའི་འགྲུལ་བཞུད་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་  
བསུབ་དུ་མེད་ལ། འགལ་འདུ་ཕྱོགས་སྤྱིང་གི་བྱར་ངོགས་སུ་ང་ཚོ་མི་དག་མ་ཞིག་རང་གཟུགས་འཆང་བའི་སློ་སློབས་  
དགོས་ན་བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ་དེ་བས་ཀྱང་བརྗེད་མི་སྲིད།

བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ་ནི་ཨ་མ་ཆཀ་མོའི་ངོ་སྤྱིད་ཀྱི་པང་ཁ་ནས་ལང་ཚོའི་ལྷ་གུ་བྲས་ཤིང་། བྲམས་ལྷན་  
མ་ལོའི་བཅེ་སེམས་ངོད་མོས་ལུས་བྱུངས་ཀྱི་ཡལ་འདབ་གསོས་པའི་ལོ་ཟླ་དག་ཡིན། ངའི་དུན་པའི་མེ་ལོང་གི་ངོས་སུ་  
བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ་དེ་བརྗེད་མི་སྲིད།

སྐབས་རེར་ཁང་རྩིང་ཞིག་གི་སྐྱགས་སུ་འཇུག་ནས་ཉ་ཅང་སྒྲོག་གུར་ངང་འཆི་བདག་གི་མངའ་ལམ་ལ་ཞིབ་  
འདང་ཞིག་རྒྱག་རྒྱ་ན། མི་ཆེ་ནི་ཚུ་ཡི་སྤྱོ་བ་བཞིན་སྐད་ཅིག་དུ་ངས་ལ། ཆེ་སྟག་ནི་ངས་མེད་དུ་རྒྱ་བའི་བར་སྤྲང་གི་  
བྱ་སྤྱོ་ཅམ་རེད། ནམ་ཞིག་སྤྱོ་བོ་བྱིར་བའི་དུད་ཆང་གི་ཨ་ནི་ཆཀ་མོ་དང་འདྲ་བར་ཆེ་སྟག་གི་རིན་ཐང་དེ་སྤྱིན་བཞིན་  
ཡལ་སོང་ན། དུས་དེར་ང་ཚོས་བརྗེད་པར་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ་ཞིག་གང་ནས་རྩིང་ལ་གང་ནས་འཆོལ་འོས།

སྤྱིར་འཆོལ་བྱུང་ན་འཇིག་རྟེན་ན་འཆོལ་རྒྱ་མང་བོ་འདུག་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་དང་ཞེ་སྤང་དང་འགྲན་རྩོད་དག་  
བརྒྱད་ནས་འཆོལ་རྒྱ་ན་ནམ་ཞིག་ང་ཚོ་ལ་བརྗེད་དཀའ་བའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་མི་སྲིད་ལ། བརྗེད་པར་དཀའ་བའི་  
ཉིན་མོ་དེ་ཡང་གཏན་ནས་བརྗེད་པར་འདོད།

2017/09/10

## སྒྲིབ་བཟང་མའི་ཁ་དོག

ཏུ་ཐུག

མི་ཆོས་བཤད་ན།

སྒྲིབ་བཟང་མར་ཁ་དོག་མང་པོ་ཡོད་ཟེར།

ཁ་དོག་དེ་ནི་མེ་ལོང་དང་འབྲ་ཟེར།

མེ་ལོང་དེ་ལས་དབྱིབས་མི་འབྲ་བའི་རི་མོ་རེ་རེ་མཐོང་སྲིད་ཟེར།

མི་དེས་བཤད་ན།

ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་བ་ནི།

སྒྲིབ་བཟང་མའི་རྩ་བའི་མདོག་ལས་གཅིག་ཀྱང་མ་རེད་ཟེར།

སྒྲིབ་བཟང་མའི་རྩ་བའི་ཁ་དོག་གིས་རྒྱ་འོད་འགོབས་ཀྱས་ཟེར།

སྒྲིབ་བཟང་མའི་རྩ་བའི་ཁ་དོག་གིས་མི་སེམས་རྩྱག་པོར་གཏུབ་འགྲོ་ཟེར།

ངའི་སེམས་སྟ།

སྒྲིབ་པ་ལ་དུས་ཆོགས་ཀྱི་འཇུར་དང་བསྐྱུན་ནས།

ཁ་དོག་ཀྱང་འཇུར་རྒྱ་ཡོད་པ་གཞི་ནས་བྲན་བྱང་།

ཨ་ཨ་...ང་རང་གིས་མཐོང་བའི་དུས་ཀྱི་སྒྲིབ་བཟང་མ་ནི།

ཁོ་ཐག་དབྱར་གཞུང་ཞིག་ཡིན་འདུག

མིན། ང་རང་ཅིས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་ལ་དགལ།

ང་རང་ཅིས་ཀྱང་ལྗང་ལྗེས་ལྗེས་ཀྱི་དབྱར་གཞུང་གི་སྒྲིབ་པར་དགལ།

ངས་བལྟ་འདོད་པ་ནི

མེ་ལོང་ལས་མཐོང་ཐུབ་པའི་སྒྲིབ་བཟང་མ་གཅིག་པའི་ངོ་གདོང་ཡིན།

ཁ་དོག་མང་བྲགས་ན་ངའི་མིག་རྩ་གས་འགྲོ་གི

ཚྱེན་བཟང་མ།

ང་ཁྱོད་ལ་ངོ་མ་ལོག་པའི་ཚྱེན་དུ།

ཁྱོད་ཀྱི་ཁ་དོག་ངོ་མ་དེ་ང་ལ་སྟོན་པར་གྱིས་གིག།

འདི་ནི་ངས་ཁྱོད་ལ་ཆེས་མཐའ་མཚུག་གི་ཐ་ཆོག་སྤྲད་པ་ཡིན།

2015-11-6

## འོད་གསལ་གྱི་ཐིག་ལེ།

མང་སྐར་མདའ།

གོ་ཐོས་སྤྱི་ཁྱོད་རང་རི་ཁྱོད་ན་ཡོད་ཟེར  
ནགས་གསེབ་གྱི་རི་དྲགས་དང་ལྷན་དུ  
གྲིབ་མ་ནག་པོ་ཞིག་གི་ཕྱི་ནང་སྒྲོམ་ཡོད་སྐད  
ངས་གཞི་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་གཏུག་གཤིས་རྟེན་མ་སོང་།

ཁྱོད་ལ་སྤྱད་བསྐྱེད་མེད་ཟེར  
སྤྱད་བསྐྱེད་ཡོད་ཆོད་ཀྱི་ལག་པ་གཙོད་མཁན་ཁྱོད་ཡིན་ན  
འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤྱུ་ལྱུར་འདི་རུ་ང་ལའང་ཞི་བའི་ལག་པ་ཞིག་འབྲུལ་རོགས  
ངའི་དབང་པོ་འདི་དག་ལ་སྤྱད་ཀྱི་བཅའ་ཆགས་འདུག་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཨོ་ཆོར  
ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པས་ཏ་ཅང་འབྲུག་པའི་སེམས་ཁམས་ལ་རེག་ཐུབ་ཀྱིན་ཡོད་ན  
དེ་རིང་ངའི་སེམས་ཁམས་དཔྱུལ་བའི་གྲང་རེག་ལ་འཕྲད་པ་དང་འབྲུ་བོ་རེད།

སྒྲིལ་གིས་གཡོགས་པའི་ཉི་འོད་འོག་དུ  
ང་རང་ཆར་དུ་ཉི་ལ་ཞིང་སེམས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཡོངས་སྤྱོད་འདུག  
སྒྲིལ་ནས་འཆི་བའི་བར་དུ་ངས་པལ་ཆེར་སྤྱུ་ལའང་མེ་རྟོག་ཅིག་འབྲུལ་མི་ཐུབ  
དེ་བས་སྤྱད་ཀྱི་རིམ་གྱི་ནམ་མཁའི་ལྗེ་བས་སྤྱུ་རང་རྟེན་འཛི་དགོས་བྱུང་།  
མིག་བཅུམས་ནས་བག་སེབས་པར་སྒྲོད་པའི་དུས་ཆོད་མཐའ་དག་མར་ཁྱེ་ཞིང་།  
ཤོག་ལེབ་ཀྱི་ངོས་སྤྱུ་པར་དཀར་པོའི་བཀྲུགས་ཁྱི་མཐོན་པོ་ཞིག་བཅིགས་ཡོད།

ས་གཞིའི་སྒྲིང་ཁོང་ནས་མིག་ཆུ་འཛར་བཞིན  
སྒྲོག་གྱུར་ལ་མངའ་བརྟེན་པའི་ནམ་ཤེས་དེ་རི་འབྲུའི་སྒྲིལ་ཨང་།  
བསྐྱེད་ཐུན་པའི་ལག་པ་དེ་དག་དྲངས་གཙང་གི་ཁ་བས་བསྐྱེད་ཤིང་།  
རྟོད་འཇམ་རྫོགས་མེད་ཀྱི་སེམས་གཤིས་ཤིག་གིས་བདེ་བར་གཟིམ་དུ་བཅུག  
གོས་ཆེན་གྱི་འདབས་མས་རང་རྟེན་གྱི་ཁང་མིག་དང་བར་ཐག་རིང་དུ་བཏང་།

## དེ་དགོང་ང་ཡི་སེམས་པས་འདི་སྐད་བྲ།

འདི་པ་བསམ་འགྲུབ།

དེ་དགོང་

བག་ཐེབས་དང་གྲ་ཡངས་ངང་

ཆོག་ཡག་འགའི་སྤྱད་པའི

ཚོད་བྱིས་ཀྱི་སྟན་ངག་སྟེ

བཅོས་མའི་གཏམ་ཡན་ལས་གཞན་

མ་བཅོས་པའི་སེམས་ཀྱི་འཆར་ཡན་བྱིས་

དེ་དགོང་

ཁ་རོག་གེར་

ཁྱོད་རང་བླན་ཚུལ་དག་སྤྱ་ལའང་མ་བཤད་པར་

སེམས་ལ་སྤྲོས་ཤིང་

ག་ལེར་ཡིག་འབྲུའི་གསེབ་ལ་བཞག་

དེ་དགོང་

ཁྱོད་རང་མེ་ཏོག་རྒྱང་ཅིག་ཡིན་པ་རྟོགས་ནས་

སེམས་ཀྱི་ཟབ་ས་ནས་ས་སྤྱ་མའི་རྩལ་དབྱངས་འཁྲོལ་

དེ་དགོང་

གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཀྱིས་འཛུམ་ཟེར་དང་བཅས་ཐངས་གཅིག་བསྟན་ཆེ་

དེ་དུས་ང་ལ་གཏན་ཀྱི་འོ་སྦྱར་བྱེད་པ་ངེ་བཞིན་

ང་རང་ཉམས་ཆུང་ཞིག་ཏུ་སྦྱར་འགོ་བར་སེམས།

2017/04/02

## སྒྲིག་སྒྲིག་འོག་གི་ཕལ་བ།

ཁམས་རྫོངས་སད། • ཡུལ་ཤུལ།

མཆན་མོའི་སྒྲིག་སྒྲིག་མེད་ཆོ།  
བཅེ་དུང་གིས་ཐུབ་པའི་སྒྲིག་ངག།  
ངས་ཏ་ཅང་འབྲི་ཐབས་དཀའ།

ལོ་ཟླའི་རྒྱབ་ལྗོངས་སུ་བཞད་པའི་མཆན་མོ་རེ་རེ།  
མནར་གཅོད་དང་གཞན་དབང་དུ་སྦྱར་སོང་།  
དེ་དུས་ང་ལ་སྤྲོ་ར་དང་ཉོག་ཞུ་ནག་པོ་ཅི་ཡང་མེད།

འདས་ཟིན་པའི་ལོ་ཟླ་དང་ཉིན་ཞག་རེ་རེ།  
ཁུ་སིམ་མེར་སྒྲིག་ངག་གི་ལྷ་མོ་བསྐྱོམས།  
འདྲ་འཛི་ཡི་དབྱགས་འཆུབ་མེད་པའི་ས་བོང་གི་སྒྲིགས་སུ།  
ལོ་ཟླར་སྒྲིག་ནག་གི་ཞགས་པ་འཕངས།

སྒྲིག་ངག་གི་ལྷ་མོ་མེད་ཀྱིས་བའི་བྱ་མོ་དེ།  
དོ་རྒྱབ་བཞུས་པོའི་ཐབ་ཆང་གི་འགྲམ་དུ་སྦྱང་།  
དབྱགས་དབྱང་མེད་པར་ག་ལེར་ཐེབས་སོང་།

བདེན་སྟོང་གི་སྒྲིག་མའི་རལ་གྱི་དེ།  
སྒྲིག་སྒྲིག་གི་ཟེ་བར་འཐམས་ཏེ།  
རི་བོའི་སར་རྒྱབ་ཏུ་ཆས་སོང་།  
ཁྱང་ཁྱང་ཁྱང་ཞིག་གིས་ཀྱང་དུ་མོ་འབྱིན་བཞིན་འདུག།

## ཁྱེད་ཁོ་ནས། འཇར་བཞོད་གསུམ།

བཅའ་མི། • དཀར་མཛེས།

སྒྲིང་ཇེ་མིག་ཟུང་དུ་ཡིད་འོང་གི་མེ་ཉོག་བཏབ  
 ཇི་ཞིས་གྱི་རླུང་གིས་ན་བའི་དབང་བོ་འཕྲོག  
 རོལ་མེད་གྱི་འཕྱུ་གྱིས་རྒྱང་བར་བཏང  
 ཐག་ཉེ་ནས་འཁོར་བའི་སྒྲིང་བོ་སྒྲིང  
 ལྷོན་པའི་སྒྲིང་གི་མདངས་བྲིས  
 མི་ལམ་ལའང་ཁ་དོག་བྱག  
 ཆང་ཆབ་ཏུ་ཆེ་སློག་སློག

ནམ་ཞིག་

དུས་ཆོད་གྱི་ཉམས་བར་ནས  
 མི་ལམ་ཞིས་པོ་ཞིག་ས་རུ་སྒྱུང  
 འཁྱུལ་སྒྲིང་མ་ཡིན་པའི་དེ་ཡིས  
 བར་སྒྲིང་གི་ཉེ་ཁྲི་ལག་ཏུ་སྒྲངས་ཏེ  
 བདག་གི་མཆན་མའི་ནམ་མཁའ་རུ་བཏག་ན

ཁེར་རྒྱང་།

གཙང་བོ་བཟུར་བའི་སྒྲིང་ལ་ཆགས་པས  
 ཟུང་མེད་གྱི་ལག་པ་འཆིག་སོང  
 ས་སོད་གྱི་དབྱངས་ནི  
 ལྷག་པའི་འབོད་སྐད  
 བརྒྱས་ཡོད་གྱི་སྒྲིང་།

ཉ་པོ།

གོམ་པའི་བང་ཁ་ལྟར  
 མིག་པས་རུལ་ཕྱན་གཏོར  
 མཐའ་མི་མངོན་པའི་ཐང་སྒྲིང་དུ  
 ཆེ་སློག་གི་ཆེད་དུ་རང་དབང་གིས་རྒྱག



## བསམ་གཞིག་སྒྲིག་འབྲུང་མ།

ཨ་ཐོ་བསྐྱེད་པ། • ཡུལ་འཁུམ་

མི་ཆོག་མ་འདྲ་འདྲོམས་ཀྱི་བར་གསེང་དེ་ནས།  
 སྒྲིག་དུང་དབྱངས་སུ་གྱུར་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་  
 དོན་རྒྱུ་ཁྱིམ་འབྲུམ་གྱིས་དམར་གསོད་བྱ་བཞིན་པ་འདི་ཅི་འདྲིའི་ཡིད་མཐ་དགོས་པ་ཞིག་  
 སྒྲིག་ཆད་ང་རང་བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་དུས་  
 ཨ་མ་ཀླས་མའི་ངག་ལས་འཁོར་བའི་ར་བ་ཡི་སྒྲིག་བསྐྱེད་པ་ཐོས།  
 སྒྲིག་ཆད་ང་རང་བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་དུས་  
 ཨ་མ་ཀླས་པའི་གདངས་ལས་བྱ་བ་རྒྱུད་སྒྲིང་དཀར་བའི་ན་ཟུག་ཞིག་གོ་  
 འདི་ལྟར་  
 བདག་ཉིད་ནར་སོན་དུས་  
 ངས་རོལ་དཀར་བའི་འཆོ་བ་ཞིག་ཉོགས་  
 དུས་སྐབས་འདིར་སྤྲོད་དུས་  
 རྒྱ་མི་སྒྲིག་ངག་པ་ཞིག་གིས་འཆི་བ་ལས་ཀྱང་གཏན་ཉིད་མེད་པར་འཆོ་བ་རོལ་རྒྱུ་དཀར་ཟེར་བ་དེ་  
 བདེན་སྒྲིང་ཞིག་འཆར་  
 གནམ་ཀན་མ་  
 ངས་མིག་གཉིས་བཙུམ་སྒྲིལ་ཁའ་དབྱིངས་སུ་དབྱགས་རིང་བཏང་དུས་  
 ང་ལ་ཡིད་ཉོན་བྱེད་པའི་གྲོགས་པོ་ཆོས་  
 ངའི་བྱང་ཁོག་ཏུ་སྒྲིག་བསྐྱེད་མེད་མཉམ་གནས་བཞིན་ཡོད་པ་ཆོར་ཨེ་ཡོད་ན་  
 རང་བྱུང་ཁམས་ལ་སྒྲིག་མ་ཐུང་བའི་ང་  
 འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་ཞེན་པའི་དབང་གིས་ན་ཟུག་གིས་མནར་གྱིན་གདའ་  
 གཟེབ་དུ་བརྟུག་པའི་བྱེད་ཅི་བཞིན་  
 རོན་པས་མས་པའི་ཤུ་བ་དེ་བཞིན་  
 སྤྲིང་དམར་པོ་འདི་ལ་མནར་གཅོད་བྱེད་བཞིན་གདའ།



64

## མི་ཆེ་འེ་སྒྲིལ་གར།

སེལ།

“

ནང་སེམས་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིལ་གཞས་འཁྱར་ཁྱུག་ཆོན་པ་གཅིག་ལས་ཐང་ཆད་པར་གྱུར་  
 བྱ་གདུང་དང་ཁེར་རྒྱུ་མི་ཉག་པ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིལ་  
 ནང་སེམས་གཏུབ་བྱེད་ཀྱི་རལ་གྱི་རང་གི་སྒྲིལ་ཡུལ་ལས་  
 ཁྱོད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ན་མི་འདུག་  
 མཐོང་ལམ་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱིག་སྒྲིལ་ཀྱི་ལག་ངོས་འདར་ཅམ་བྱས་  
 ཅི་ཡང་མི་བྱ་པའི་དུས་སྒྲིལ་པར་ཡང་ཡང་སྒྲིལ་པར་བྱས་ཀྱང་  
 འདྲ་འབྲལ་སྒྲིལ་མའི་རང་མདངས་ཆེ་ཆེར་མཛོན་པ་ལས་  
 འདོད་པའི་ཉྱེག་ཐག་སྒྲིལ་པར་གནས་

སྒྲིལ་བསྐྱལ་ཀྱི་གཙང་པོ་ཞིག་བཀལ་བའི་མཐར་  
 མི་ནམས་སྒྲིལ་ལོག་ཐེབས་བྲལ་

རྒྱུང་ནང་ནས་སྒྲིལ་གྱིན་པ་དེ་ཅི་ཞིག་  
 རྒྱ་ཕྱོད་ཉེད་གི་དུས་སྒྲིལ་ཅིག་མདུན་ན་ལྷགས་

ཁེར་རྒྱུ་གི་སྒྲིལ་ཕྱོད་ཐེག་པ་ཡུལ་དང་འབྲལ་མེད་དུ་གྱུར་  
 མི་ཆེ་བྱེད་ཀྱི་མཐོང་རྒྱལ་དང་འབྲལ་  
 དུས་ལྟར་བབས་པའི་ཆར་བ་འདིས་རང་གི་དགའ་སྒྲིལ་མཆོན་པའི་  
 རི་མོ་དེ་ཡང་ཡང་སྒྲིལ་བར་བྱས་

ཤུགས་རི་ལྟར་འབྱེད་ཡང་བྱི་རུ་ཐར་ཐབས་མི་འདུག་  
 ཤུགས་བསམ་ཀྱི་སྒྲིལ་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱེད་ཀྱིན་འདུག་  
 ལས་ཀྱི་གཙང་པོའི་འདམ་དུ་རྩ་བ་བྱུག་  
 གོམ་པ་སྒྲིལ་དུ་རྩ་བ་འབྱེད་

དུས་ལྟར་མ་འབྱོར་བའི་མི་ལ་བྲན་གདུང་སྐམ་ཐག་ཏུ་གྱུར  
གྱུས་བྲལ་མང་པོའི་གདུང་བའི་མ་ཁ་ནས་ཆ་གཟེར་མངོན  
ལྷོན་པ་ནམས་ཡང་ཡང་སྒྲུལ་བའི་སྤང་བརྟན  
རང་གི་སྤྱི་འཆི་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་འདུ་འབྲལ་གྱི་དོན་སྟོང  
མི་ཆེ་ནི་སྒྲོས་གར་ཆན་པ་གཅིག  
ཅི་ལྟར་འབྲལ་གྱང་ཆོག

30/06/2017

## མཆན་གྲང་།

སྒྲིལ་རྩལ་རྒྱུ་

མཆན་གྲང་།

མི་ཐམས་ཅད་ཆོར་བས་ཟིན་བཞིན་ཡོད་ལ།

ཆོར་བ་ནི་མཁའ་རྩ་འཕྱར་བའི་མེ་སྟག་ཞིག་གོ།

དེའི་ཕྱིར་བྱེད་རང་ཤ་འདྲིས་པགས་འདྲིས་ཀྱི་བྲན་དུ་མ་གནས།

མཆན་གྲང་།

སྒྲིལ་པོ་སེམས་མོ་ལ་ཆགས་ནས་བསྐྱུ་བྱེན་ལ་འབྱེད་།

འོན་ཀྱང་དེ་དུས་ཡོད་ཆད་སྒོ་བྱར་བའི་ཆོར་བ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་།

བྱེད་ལ་བྱེད་ཀྱི་རང་གཤིས་དང་རང་ཚུགས་ཡོད་པ་བརྗེད་མི་རུང་།

མཆན་གྲང་།

སྒྲིལ་བོ་བའི་སྤང་བརྟན་དག་གིས་ལག་པ་སྤྲོད་གིན།

བེམ་གཉིས་སེམས་གཅིག་ཏུ་སྤངས་ནས་ཡོད་ཀྱང་།

རང་ལ་འདྲུ་སྤང་གི་ཤེས་པའི་རང་གཟུག་ཡོད་པ་དོར་མི་ཉན།

མཆན་གྲང་།

ལུས་དོད་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་ཁ་རྒྱངས་ངོ་གདོང་ལ་འཕེམ་ནས།

བྱེད་རང་ཆོར་བ་ཟ་ཟེས་བང་སོ་ཞིག་ཏུ་འབྱེད་དགོས།

དེ་དུས་སྒོ་སེམས་འོ་མ་ལས་དཀར་བའི་མཆོད་ཆང་འདི་སྐྱམ་ཁུ་མ་འཕྱུག

མཆན་གྲང་།

ལག་པ་རྒྱབ་ལག་སྤྲོད་ནས་རྒྱང་མགོ་སྒོ་རུ་བྱུང་ནས་ཕྱི་སྐད་ཟ་ཟེ་གྲག་དུས།

བྱེད་ཀྱིས་ཡོད་ཆད་ཁ་སྒོ་ནས་བྱུང་དེ་ཕྱི་རོལ་དུ་བྱུང་ནས་ཡོད།

འོན་ཀྱང་རང་གི་བྲན་རྟོག་མཐའ་དག་ཤེས་པས་ཟིན་དགོས།

མཚན་གྲང་།

ཁྱེད་རང་གིས་ནས་ལམ་ལ་བྱུང་དེ་གཞན་གྱིས་དུ་མ་ཐོན་བར།  
དབུགས་རྩུ་འཁྱུ་བ་ཐེངས་གཅིག་མ་བྱས་ཟེར་བ་བདེན་མོད།  
འོན་ཀྱང་དེ་ནི་ཡོངས་ཁྱབ་ཡིན་གྱིར་ངོ་གཞོང་ག་ལ་དགོས།

མཚན་གྲང་།

ནམ་རྟོག་དང་སྐྱེས་སྐྱེད་མེད་པར་ཁྱེད་རང་གཞན་གྱི་པར་ནས་དུ་ས།  
ཞེ་སྐྱེད་གི་ཁ་དོག་ལ་དྲི་བསྐྱེད་གང་དག་འཁྱུ་ནས་ཡོད་ཀྱང་།  
ཁྱེད་ལ་འདང་བཅེ་དབུལ་དཀར་གྱི་རྩ་བུ་ཡོད་པ་བརྟེན་དུ་མ་འཁྱུག

2017/04/27



ཁྱད་གང་ཟག་ཐ་མལ་པ་ཞིག་གིས་གང་ཟག་གི་ཆོད་བཟུང་ན་མི་འགྲིགས་པར་གསུངས་ཡོད་ན་ཡང་། ལུས་ངག་གི་  
ཉགས་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་གི་སེམས་རྒྱུད་དཔོག་ནུས་པའི་རྩིས་ཡང་གསུང་ཡོད་པས། གནས་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་  
གང་ཟག་བཟང་ངན་བཤད་པ་ན་ཡང་ཉེས་པ་ཆེར་མེད་པར་སེམས།

གལ་སྲིད་འཕྱལ་རིག་འདི་དག་བཀག་འཁོག་བྱས་པ་ཡིན་ན། མགོ་མཐུག་བར་གསུམ་ཆང་མ་ས་ནས་བཀག་  
ཐུབ་སྲིད་ན་ཡག་ཤོས་རེད། ཡང་འོག་མ་ཆོར་བཀག་ནས་གོང་མ་ཆོས་གང་འདོད་བྱེད་བསྐྱད་ན་མཐའ་ཐུབ་པ་ཁག་  
པོ་རེད། དེ་ཕྱིར་སྟོན་པས་འདུལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་དགེ་འདུན་ཆེ་ཆུང་ཡོད་ཆད་ལ་གཅིག་མཆུངས་སུ་གདམས་ཡོད་པ་  
བཞིན། དགོན་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་ཀྱང་ཆ་སྟོམས་གནང་ཐུབ་སྲིད་ན། སྐྱ་སེར་ཆང་མས་དགའ་བ་སྟོམ་པ་དང་། རྒྱུ་བསྐྱོར་  
གནང་ངེས་རེད། ཆ་བ་སྤྱད་དགོས་ན་ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱང་བདག་ཉར་དགོས་པ་དང་། ཆ་ཆེན་དུ་ངེས་པར་དུ་གཟུང་  
དགོས་ཀྱི་ཡན་ལག་རེ་རེ་ནས་བསལ་བའི་ཤུལ་དུ་ཆ་བ་ཞེས་པའི་ཡན་གར་བ་ཞིག་ཀྱང་མི་སྲིད་དོ།

བོད་ཀྱི་ནང་ཆོས་བདག་པོ་ཐུབ་སྲིད་ན། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་ཆ་བ་ཟེན་སྲིད་བ་རེད། ནང་བསྟན་འདི་མེད་  
ན་བོད་པ་ཆོས་གང་ཡང་མི་འཛོན་པ་ནི་པར་བསྟན་ཆུར་གཟིགས་རེད། ད་ལྟའ་ཕྱོགས་ནས་ཡོད་ཆད་གསར་བ་ཞིག་  
བསྐྱར་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་ན་འགྲིགས་ཏེ། དེ་དག་པལ་ཆེར་དུ་རྒྱུའི་གོང་དུ་ཡོད་པས་སོ་ཟེར་ན། ཆོས་ཀྱི་ཉམས་  
ལེན་ནི་དུ་རྒྱུའི་གོང་ལ་གཏན་ནས་མི་འདུག་འདི་ག་ཉེན་གྱི་ཤེས་བྱ་མང་ཆེ་ཤོས་ཤིག་དུ་བའི་སྤང་དུ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཡང་  
ལས་སྒྲ་མོ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད། དུ་བའི་གོང་གི་ཤེས་བྱ་པལ་ཆེ་བ་ལྟའ་ཕྱོགས་པས་སྒོལ་བཏོད་པ་ཤ་ལྟག་རེད། གལ་  
སྲིད་ལྟའ་ཕྱོགས་ཆོད་སྐྱབ་སྐྱབ་བའི་ལམ་ལུགས་གཙང་མ་འཛོན་འདོད་ན། རང་གི་རིག་གཞུང་རྒྱུ་པའི་ལྟ་གྲུབ་མཐའ་  
དག་རྒྱུ་པའི་དུ་འདོར་དགོས་པས། སྐབས་དེ་དུས་ཡང་བསྐྱར་ཕྱིར་ལུང་མ་བྱས་ན་སྟོན་ཐོང་གི་མ་རེད། དེ་ཕྱིར་ནང་  
ཆོས་ལ་སྤྱད་པ་ལེགས་པར་གནང་ཞྭ། ཁ་ཞེ་མཆུངས་པ་ཞིག་ཆགས་སྲིད་ན། བོད་ཅམ་དུ་མ་ཟད། འཛམ་གླིང་སྤྱི་ལ་པན་  
ཐོགས་ཡོད་པ་བོད་ཀྱི་སྤྱུལ་མཆོན་ཉིད་པ་དག་ལ་གཅིག་ལྟོས་དང་ཤེས་ངེས་ཡིན། གལ་སྲིད་འཕྱལ་རིགས་བཀག་  
འཁོག་ལ་འགའ་ཞིག་གིས་མ་ཉན་ཏེ། རོ་རྒྱལ་བྱས་པའམ། བྲ་ཆང་བྱེད་ཀ་ཞིག་གིས་མ་ཉན་པ་ཡིན་ན་ཡང་བྲ་ཆང་བྱེད་  
ཀ་གནས་དབྱུང་གཏང་ཐུབ་སྲིད་ན། དེའི་རྗེས་ནས་བྲ་ཆང་གི་དགེ་འདུན་པ་ཉིས་ལོག་སུམ་ལོག་འཕེལ་བ་ལས། འདུས་  
ཆོགས་རྒྱས་པ་ལ་གཞོད་རྒྱ་གཏན་ནས་མ་རེད། དེ་མིན་མ་རབས་དེ་ཆོས་དུ་རྒྱུའི་གོང་དུ་སྤྱོད་ངན་གང་བྱས་ལ་ལེགས་  
སོ་སྤུལ་ཏེ་བསྐྱགས་བསྐྱད་ན། དགེ་འདུན་གྱི་འདུས་སྡེ་མི་རིང་བར་ཉམ་ངེས་སོ།

དེང་སང་དགོན་སྡེ་ཁག་དུ་བྲ་བ་འཛུལ་ཞུགས་བྱེད་མཁན་མེད་པར་ཆགས་པ་དེ་བྲ་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་མ་  
བསྐྱངས་པའམ། དགེ་བསྟོན་དང་། མཁན་པོ། དགོན་བདག་རྣམ་པས་ཆོས་ཁྲིམས་ཡག་པོ་བསྐྱམས་མ་ཐུབ་པས་ལན་  
སྲིད་བ་ཡིན་ནམ་སྟམ། ཆོས་བརྒྱུད་དང་། བྲ་རྒྱུན་ཞེས་པ་དེ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་ན་དགོན་པ་གཙང་མ་ཞིག་དང་། དགེ་འདུན་  
སྡེ་གཉིས་གང་རུང་ཁ་ཆོན་ཆོད་པ་ཞིག་གནང་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། འདིའི་སྟོར་སྤྱུ་མ་མཆོག་གིས་ཀྱང་བཀའ་ཐེངས་  
མང་ཕེབས་ཆར་བ་རེད། ངའི་སེམས་ལ་དགེ་ལྷན་པའི་ནང་དུ་ཡང་དགེ་འདུན་སྡེ་གཉིས་ཡོད་དགོས་ངེས་ཤིག་དང་།



ཆོས་བརྒྱུད་གཞན་པ་དག་གིས་སློབ་སྦྱོང་གནང་སྐབས་དང་། བསྐྱབ་པའི་གོ་རིམ་དག་དགེ་ལྡན་པ་ལ་དཔེ་བླངས་ཏེ། ཡན་ཚུན་བརྗེ་ལེན་བྱ་རྒྱུ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པར་སེམས། གསར་རྟོག་རིམ་མེད་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱམས་ལ་སྦྱང་འདོད་ན་ཡང་དྲུག་པོས་དོན་གཏན་ནས་མི་འདུག་སྒྱིར་བཏང་དགེ་འདུན་པ་རབ་བྱུང་ཤ་སྟག་བྱུང་ན་དེ་གས་འཇུག་པ་རེད། དེ་ལས་གཞན་ཞིག་ཡོད་དགོས་པའི་ངེས་པ་ཆེར་མི་འདུག་མོད། ཡིན་ན་ཡང་དེང་སང་གི་དུས་ཚོད་དང་བསྟན་པ་ཡིན་ན། རབ་བྱུང་གཅིང་མ་དགོན་པོ་ཆགས་བཞིན་པ་རེད། ང་ཚོའི་བསྟན་པ་གནས་དགོས་དུས་རྩ་ནས་གོས་དཀར་གྱི་སྤྲེལ་ཉིད་ཁྱིམ་པ་དང་དབྱེ་འབྱེད་རྩ་བ་ནས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་སོང་ན། བསྟན་པ་ལ་འགལ་སྟེན་ཆེན་པོ་ཞིག་འགྱུར་བར་སེམས་ནས་ཡོད། མཚོད་གནས་དང་ཡོན་བདག་གཉིས་འབྲེལ་མཉམ་ཆགས་སོང་བ་ཡིན་ན། ཆོས་ཀྱི་རིན་ཐང་ལ་གཞོད་པ་དང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ལྟ་སྟུབ་ནལ་མ་འཛིན་པའི་མཁས་པ་མེད་པ་འགྱུར་རོ།

ཡང་གྲུ་བ་འགའ་ཞིག་གིས་དགོན་པའི་ནང་གི་མཁས་མང་པོ་ཞིག་ཁྱར་སྐབས་མ་རེད། དེ་བས་ཁྱིམ་དུ་ལོག་ནས་སྦྱིད་ཉལ་བརྒྱབ་ནས་འདུག་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་མཁན་དག་ལ་མཚོན་ན། ལུགས་གཉིས་ཀྱི་གནད་གསང་རྩ་བ་ནས་མི་ཤེས་པ་དེ་ཆོ་རེད། འཛིག་རྟེན་འདིར་གནས་ནས་བཟུང་། རྒྱལ་གྲིམས་དང་ཆོས་གྲིམས་གང་ཅུང་མ་ཁྱར་ན་འགྲོ་ས་མེད་པ་ལས་ཀྱིས་བསྐྱོས་སོང་བ་རེད། དེ་ཕྱིར་དགོན་གྲིམས་དང་ཆོས་གྲིམས་རྩིས་མེད་བཏང་བའི་ཕུང་གསུམ་པ་དེ་ཆོ་ངེས་པར་དུ་གྲིམས་ཀྱིས་བཅུར་དགོས་པའི་གཏེ་བོ་དེ་ཆོ་རེད། ཁོ་ཆོས་གྲུ་བ་གསར་བ་དང་། གྲུ་ཆུང་ཆོར་དགོན་པར་སྟན་པའི་གཏམ་ཁོ་ན་སྤྲས་ཏེ། གསར་ཞུགས་ཆོར་འདུག་བཟོ་མི་བདེ་བ་བཟོ་བ་དང་། ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ཏུ་སོང་སྟེ་རྒྱ་མགོ་རྒྱུང་ཟད་བརྒྱུང་སྐབས་པ་ན། ཆོར་དགོན་པར་ཡོང་། སྒྲོར་མོ་རྒྱུང་ཟད་ཡོད་པ་དེ་ངོམས་ནས་སྦྱིན་བདག་བྱེད་མདོག་སྐྱེ་འགྱེད་གཏང་མདོག་ཁ་པར་དང་། སྒྲོག་ལྷང་། ལྷངས་འཁོར་གོང་ཆེན་སོགས་ངོམ་བཞིན་ཕྱག་པོ་ཡིན་མདོག་བྱས་ཏེ་གྲུ་ཆང་གི་གཉེར་པ་རྣམས་དབང་དུ་བསྟུས། གྲུ་བ་ལྷན་མེད་འགའ་ཞིག་གོགས་སུ་བཀྱག། སྟག་སྟག་བཞོན་ཏེ་སྤུ་ཡར་ལ་རྒྱག་མདའ་མར་ལ་རྒྱག་མི་བྱེད་དགུ་བྱེད་ཆང་མ་བྱས། དེ་ནས་དགོན་པའི་ནང་དུ་འབྱོར་བ་མེད་ན་ངོ་སོ་མེད་པ་དང་། འཛོན་ཐང་མེད་པ་ལྟ་བུར་སྒྱུར་ནས་ཡོད་ཆད་ཀྱིས་དེའི་ཕྱོགས་ལ་བཙོན་མཁན་ཡང་མང་པོ་རེད། དེ་ཕྱིར་དགེ་འདུན་སྒྲིག་གིས་འཛོམས་པ་རྒྱ་ཡིས་འཛོམས་ཟེར་བ་བཞིན། དགེ་འདུན་ལ་འདུལ་བ་དང་མཐུན་པའི་དགག་སྒྲུབ་བསྐྱབ་བྱ་ཡང་དག་ཅིག་བཞག་སྐབས་དགོས་པ་རེད། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ན། དགེ་འདུན་ལ་སྒྲིག་མེད་ན་དམ་ཉམ་གྱིས་ལུང་པ་གང་། དཔོན་པོ་ལ་གྲིམས་མེད་ན་བྲམ་པས་ལུང་པ་གང་ཟེར་བ་བཞིན་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་རེད། དེ་ཕྱིར་ཆོས་དང་། འཛིག་རྟེན་གང་ཡིན་ཡང་གྲིམས་དང་། སྒྲིག་ལམ་ཞིག་མེད་ན། ཆུང་ས་ནས་ལྟོ་དགང་བ་ལ་ཡང་དགའ་ཁག་མཆིས་ན། ཆོགས་པ་དང་། དགོན་སྤེལ་བསྐྱུང་དགོས་ན་གྲིམས་མེད་ན་ག་ལ་འགྲིགས།

དེང་སང་དེ་བས་ཀྱང་ཆོས་བརྒྱུད་ཆེ་ཆུང་སུ་ཡིན་ན་ཡང་གཙོ་ཆེ་ཤོས་དེ་སྤུལ་སྤྱུང་དང་། མཁན་པོ། དགེ་བཤེས་འདི་ཆོས་སྟགས་གཟུབ་གནང་དགོས་ཀྱི་འདུག་ཁྱོད་ཆོ་དགོན་པ་དང་། བཤད་གྲུ་སློབ་གྲུ་སོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་རེད། གཙོ་བོ་རྣམས་ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་སོང་བ་ཡིན་ན། ཆུང་ས་ནས་སྦྱོན་རྒྱུང་ཟད་བསྐྱབ་བསྐྱད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། སྤྱི་ཆོགས་དེ་

དང་། དགོན་མེ་དང་། བཤད་བྱ་དེ་ལ་སྒྲིབ་ཆེན་པོ་ཞིག་བསྐྱེད་ཐུབ་མདོག་ཁག་པོ་མ་རེད། གོང་ན་སྒྲིབ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ལ་ཡིན་ན་དགོན་མེའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་པ་ནས་བཟུང་ཡོད་ཆད་ལ་ཁག་པོ་ཆགས་པ་རེད། སྒྲིབ་བསྐྱེད་པ་དང་། གོང་མ་ཆོས་དགོངས་པ་ཞུ་རྟོགས་གནང་ན་འགྲིགས་ཀྱང་། གོང་གི་གོ་ས་དེ་གཏན་ནས་འདོར་མི་ཐུབ་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་ཆོད་རེད། དེ་ཕྱིར་བསྐྱེད་པ་འདི་ན་འདོད་ན་ཁ་ཞེ་མཆུངས་པ་ཞིག་དང་། ལས་འབྲས་དང་། སྒྲིབ་དམ་ཆོག་སྒྲིག་བཞིན་བསྐྱེད་པ་ཏེ། ངས་ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་དུ་བྱས་ཡོད་དེ་སྐྱེས་པའི་རང་གིས་རང་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་དང་། གཞན་དག་གིས་ཀྱང་ཁོང་ནི་སྤྲོ་མ་མཆོད་ཉིད་ཆོང་བ་ཞིག་རེད་དེ། ཞེས་པའི་ཡིད་སྒྲིབ་འཆོར་ས་ཞིག་བྱུང་ན། ཆོས་བརྒྱད་དང་། མི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་གཟི་བརྒྱུད་རེད། དེ་མིན་དགེ་འདུན་སྡེ་གཉིས་གང་གི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པའི་ཐུང་གསུམ་པའི་སྒྲིབ་པས་རང་ཉིད་དང་། མི་རིགས་ཆོས་བརྒྱད་མཐའ་དག་ལ་ཕན་ཐོགས་སྐྱར་གང་མེད་པར། གཞོད་ཆེན་པོ་ཞིག་སྒྲུབ་ངེས་པས་ཐུགས་གཟབ་གནང་རྟོགས་ཞུ།

མདོར་ན་དགོན་པ་སྤྱི་བཏུན་ཆགས་དགོས་ན། ལས་འབྲས་དང་། སྒྲིབ་པ། དམ་ཆོག་གསུམ་ཡང་དག་པར་སྐྱེད་དགོས་པ་ནི་གཞི་རྩ་རེད། དེའི་སྤྱིར་ནས་སྒྲིབ་གཉེར་གནང་དགོས་པ་དེ་ཨང་གཉིས་པ་རེད། སྒྲིབ་གཉེར་ཡོད་ཀྱང་རང་གིས་ཉམས་ལེན་ཡག་པོ་མ་གནང་ན། མི་ལ་བཤད་ཀྱང་ཉན་མཁན་ཁག་པོ་རེད། དེ་ཕྱིར་ཐུགས་མཐུན་ཁྲིམས་གཙང་། ཐུང་སྒྲིག་གི་བྱ་བ་བཅོམ་པ་སྟེ། སྒྲིག་ཁྲིམས་ཆེན་པོ་བཞི་དང་མ་བྲལ་ན་དགོན་པ་ཞེས་པའི་མཆོད་ཉིད་ཆོང་སོང་བ་རེད།

དེར་སང་འཛམ་གླིང་ཤར་ནུབ་ཀྱི་དྲུ་བའི་གསར་འཛུར་ཁག་ལ་ཁྱོས་དང་། ཡོད་ཆད་ཀྱིས་ཚོད་བཞིན་པ་ནི་ཐོབ་ཐང་རེད། ཆབ་སྲིད་པས་ཐོབ་ཐང་ཚོད་རྒྱ་ནི་སྤྱིར་བཏང་ཞིག་རེད། ཆབ་སྲིད་ཅེས་པ་དེ་སྤེར་རང་ཉིད་དང་། རང་གི་ཆོགས་པ། རང་གི་མི་རིགས། རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེད་དུ་རང་ཁོ་གཞན་ཕམ་བྱ་བའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་རེད། དེ་ཕྱིར་ཆབ་སྲིད་པས་ཐོབ་ཐང་ཚོད་པ་དེ་ལ་དམིགས་བསལ་ཏེ་ལས་དགོས་དོན་མི་འདུག་མོད། དམ་པའི་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་རང་ལས་གཞན་གཙོ་བོར་བྱ་དགོས་པ་དང་། རང་དོན་ལས་གཞན་དོན་གཙོ་ཆེར་བཟུང་བའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན་དུས་རྒྱ་ནས་ཐོབ་ཐང་ཚོད་པ་དེ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཁོར་བ་རེད། སྒྲིབ་ཀྱི་དུས་སུ་ཆོས་ལུགས་དང་། ཆོས་བརྒྱད་ཐ་དད་པ་བྱུང་བ་དག་སྐུལ་བྱུང་གི་སྒོ་གྲོས་མངའ་བའི་སྒྲིབ་བྱ་ཆད་ལྡན་ཞིག་དང་། དེས་ལམ་དང་ལུགས་སྒོལ་གཏོད་པའི་ལྷ་སྐུབ་ཆད་ལྡན་དག་གི་རྗེས་འབྲངས་པ་དག་མ་འབད་རང་གིས་བྱུང་བ་ཞིག་ལ་ཆོས་ལུགས་དང་། ཆོས་བརྒྱད་ཅེས་པའི་མཆོད་དེ་ཆགས་པ་དང་། དེ་ཕྱིར་རང་ལ་ཆོས་བརྒྱད་དང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སྒྲོད་དགོས་ཞེས་པའི་དམིགས་ཀྱིས་བཀར་ཏེ། སྲིད་གཞུང་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གང་རུང་ལ་སྐྱར་ཞུ་སྐུལ་བ་དང་། ཐོབ་ཐང་རེ་བ་དེ་འབྲས་དགོས་ཀྱིན་མེད་པ་རེད། དེ་ནི་དམ་པའི་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྐྱེད་མཁན་གྱི་བྱ་ཆོས་རེད། ད་ནི་ཆོས་ལུགས་པ་དག་གིས་ཆབ་སྲིད་པས་གང་བྱས་ཆོས་པས་བྱ་དགོས་པའི་འདུན་པ་ཉི་ཆོ་བ་ཞིག་གིས་སྟེ་བྲིད་དེ་ཡོད་ཆད་ནས་ཡོད་ཆད་ལོག་ལམ་དུ་འགྲོ་སོང་། སྲིད་གཞུང་གི་སྒོ་འབྲམ་དུ་ང་ཆོ་ལ་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་དགོས་ཞེས་ངོ་ཚྏ་བྱེད་ཀྱིན། ཁོང་ཁྱོ་བ། ཆོག་རྒྱུབ་ཤོར། དེ་ཆོ་

དྲ་རྒྱའི་སྐར་ལ་ཐོན་ཡོང་དུས་ང་ནི་ངོ་ཚ་ཡོང་གི་འདུག སྔོན་ཕྱོན་བདག་ཅག་གི་སྔོན་པ་ནས་བཟུང་བཀའ་གདམས་  
 པའི་དགེ་བའི་བཤེས་ཆོས་ཐོབ་དང་། གོ་ས་ཡོད་ཆད་སྤངས་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་དེ་ཁོ་ན་འཆོལ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་  
 ཆོས་དེ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་རིན་ཐང་ཞིག་བསྐྱེད་པས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་འདུག་པའི་སྐྱེ་བོ་ཡང་གྲངས་གྱིས་མི་ལང་  
 པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་མེད་ན་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་ཚད་ཀྱང་རྗེས་འབྲང་རྟེན་པ་ཁག་པོ་  
 རེད། དེ་ཕྱིར་བྱོད་རང་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་བདག་པོ་ཉིད་དུ་བྱ་འདོད་ན་མཁས་པའི་ཚུལ་དགུས་ལེགས་པར་བརྒྱན་པའི་  
 དོན་དམ་པའི་ཆོས་པ་ཞིག་བྱོས་དང་། ཐོབ་ཐང་ཚད་དགོས་རྒྱ་མ་རེད་ལ། ཐོབ་ཐང་རག་མ་སོང་བསྐྱམ་པའི་ངོ་གཞོང་  
 དགོས་དོན་མེད་པར་མ་ཟད། བྱོད་རང་གི་རྗེས་སུ་འདུག་པའི་སྐྱེས་བུ་ཆད་ལྡན་དུ་མ་ཞིག་བསྐྱེད་པའི་རེད། ཐོབ་ཐང་  
 དང་ཁེ་དབང་ཚད་ནས་ཆོས་བརྒྱད་ཅེས་པའི་མིང་ཐོབ་ཀྱང་གོང་ན་བཞུགས་པའི་དབུ་འཛིན་ཆད་ལྡན་ཞིག་ཡོང་བ་  
 ཁག་པོ་རེད། དེ་མེད་ན་ཆོས་བརྒྱད་ཁས་འཆེ་བ་ཆོས་གྱུང་རག་རྒྱ་ཉག་གཅིག་རེད། དེ་ཕྱིར་བོད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱད་ཆེན་  
 པོ་ལྔ་ལྟ། གཡུང་དྲུང་བོན་དང་བཅས་པའི་དགེ་འདུན་པའི་འདུས་སྡེ་སྡེ་བྲིད་པ་ཆོས་རང་གི་བརྒྱད་པ་འཛིན་སྤངས་  
 དེ་སྔོན་གྱི་དམ་པ་གོང་མ་ཆོའི་བྱས་རྗེས་ལ་གྱེན་དུ་ལྷ་བ་ལས། དེང་སང་རིག་གསར་བ་ཆོས་ཚད་འགྲན་གྱི་ལམ་ལོག་  
 ལ་ཐུར་དུ་མི་གཟིགས་པར། སྒོ་གསུམ་ཆོས་དང་མཐུན་པ་ཞིག་དགོས་པ་ནི་ཆོས་བརྒྱད་ལ་སྦྲན་པའི་བྱ་བ་གལ་ཆེན་  
 ཞིག་རེད། ངས་མཐོང་ཆོད་ལ་གནའ་བོའི་དུས་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་བདག་པོ་ཞེས་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་དགོན་ཆེན་དག་  
 གི་བརྒྱད་འཛིན་པ་ཆོས་དེང་སང་གང་ཡང་མི་འཛོན་པར་བྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ཆོས་བརྒྱད་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་འབྱུང་  
 ལ་ཉེ་བར་མཐོང་། གནའ་བོའི་ཆོས་བརྒྱད་འཛིན་པའི་གང་ཟག་རེ་བྱུང་གིས་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་མིང་དང་། གོ་ས་ཅམ་ལ་  
 ཆགས་ཤིང་། ཐོབ་ཐང་དེས་ང་རྒྱལ་བ་ལས། སྔོན་གྱི་རྒྱལ་བ་གོང་མའི་བྱག་བཞེས་སྤྱི་བ་ནས་བཟུང་། དབང་ལུང་  
 བྲིད་རྒྱན་ཡོད་ཆད་དབང་གཞུང་རྗེས་སུ་སྐྱེལ་ལ་ཉེ་བའི་སྤྱ་ལྷས་སུ། ནང་གི་བསམ་སྟོན་དང་། ཕྱིའི་སྟོན་པ། དག་གི་སྦྱ་  
 བརྗོད་ལས་ཉོགས་སྤྱབ་པས། ཆང་མས་ཡང་འདུག་བྱ་རྒྱ་ཡོད་ན་དམ་པ་གོང་མའི་གཤེགས་ལུལ་བསྟོག་དགོས་པར་  
 འདོད་དོ།

ཁྱད་པར་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་དབུ་འཛིན་ཁས་འཆེ་བའི་རིགས་གྱིས་དྲ་རྒྱའི་གོང་དུ་དེ་བས་གཟབ་དགོས་པར་  
 འདུག ང་ཆོས་ཡི་གེ་འབྲུ་གཅིག་དང་། པར་གཅིག་བཞུས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། དྲ་རྒྱའི་ཆེད་མཁས་པ། རྒྱལ་ཁབ་རིམ་པའི་  
 གསང་བའི་ལས་བྱེད་པ་དང་། ཉམས་ཞིབ་པ་ཆོས་མཐོང་བཞིན་པ་རེད། དེ་ཕྱིར་ཡུལ་དུས་གནས་སྤངས་གང་ལ་བསམ་  
 སྟོན་བྱང་བ་ཡིན་ན། དྲ་རྒྱའི་འཛིན་ཉན་ནི་ཆོས་འཛིན་སུ་རུང་བའི་གཡུལ་ས་ཞིག་གོ།

འཛིན་ཉན་ཉར་སྟོན་མ་ལུས་འཛོམས་ན་ཡང་། །དམ་ཆོས་སྦྱབ་ལ་འགལ་བྱེན་སྒྲ་ཆོགས་ཅན།

ཁྱད་པར་སྤྱ་བཙུན་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པའི་དག། །ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་དྲ་རྒྱ་འགོག་ན་ལེགས། །ཞེས་ཀྱང་སྦྱས་སོ།

## དར་དཀར་ཡུག་གཅིག

ཆེ་དབང་སྐལ་བཟང་། • རི་བོ་ཆེ།

### གཅིག

ལྷགས་གཉིས་ཀྱི་མཁུན་རྒྱ་ཡངས་པའི་སྐྱེས་པོ་མོ་ཡོངས་ཀྱི་སེམས་ནང་དུ་ངེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ། ལུལ་ལྷང་དེའི་ནང་  
དུ་ལྷ་ནས་ད་བར་དུ་སློབ་སྦྱོང་མཐར་ཕྱིན་པ་བྱེད་སའི་བརྟེན་གནས་ཤིག་མེད་ན་ལྷང་པ་དེའི་མི་རབས་ཆ་རྒྱད་དང་  
བཅས་པ་ལ་གྱོད་གཏུང་བསལ་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཐེབས་སོང་བ་ནི་འདས་ཟིན་པའི་ལོ་ལྔ་དག་ལ་བྱིར་མིག་གཅིག་གཟིགས་  
དང་མཁུན་ཡོང་། སྤྱིར་ལྷང་པ་དེའི་མི་རྒྱུས་ལ་རྒྱུ་དཔྱད་དང་རིགས་པ་འཛོན་ཐང་བཅས་གཞན་ལས་སྤྱུག་པ་ཞིག་  
དང་སྦྱོར་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་ཡང་། སོ་སའི་ལྷང་པ་རང་གི་ནང་དུ་ཤེས་ཡོན་སྦྱོང་སའི་བརྟེན་གནས་ཤིག་མེད་ན་རྒྱ་མ་  
བཏབ་པར་འབྲས་བུ་ཞིག་གང་ནས་འབྱུང་། སྤར་ཡང་མཁས་པ་དང་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་སངས་རྒྱུས་དངོས་ལྟ་བུའི་སྐྱེས་  
བུ་གང་མང་ཞིག་ཐོན་དང་འཕྱོན་བཞིན་པ་རེད་འདུག་སྟེ་ན་བདེན་མོད། དེ་རྒྱུས་ཀྱིས་རང་རང་སོ་སའི་ཆོས་རྒྱུད་  
འཛོན་སྦྱོང་དང་། ཤེས་འཛོན་ཅན་གྱི་མི་བུ་རེ་བྱུང་གསོ་སྦྱོང་གནང་ཡོད་ན་ཡང་། སྤྱི་ལ་ཕན་པའི་སློབ་གྲྭ་ཆེན་པོ་ཞིག་  
བཙུགས་ཐུབ་མེད་སྟབས། ང་རང་ཆོའི་ལྷང་པའི་ནང་། དེང་སང་ཆབ་དཔལ་རིགས་གསུམ་གང་གི་ཐད་ནས་ཀྱང་  
རྒྱན་གྲགས་ཅན་གྱི་མི་སྣ་དམིགས་བསལ་བ་དེ་འདྲ་རེ་བྱུང་མ་གཏོགས་གོ་རིག་མེད་རྒྱུ་དེ་ཡང་ང་ཆོའི་ལྷང་པའི་ནང་  
དུ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། སྤྱི་ཁྱིམ་མཁན་ཡག་པོ་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་བྱུང་བར་འདོད། ཡང་ཡོད་ཆད་ལས་དབང་  
ལ་ཁག་མི་འགལ་བར། ཕ་མ་རྒྱུས་ཀྱིས་རང་གི་བུ་རྒྱུད་ལ་རྒྱུད་ཅུ་ནས་སློབ་གྲྭ་གང་བཟང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་དང་། ཡ་རབས་  
སྦྱོང་བཟང་གི་སློབ་གསོ་ཤ་གསེང་རུས་གསེང་དུ་འཕེམ་འཕྱུག་དགོས་པ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་དུ་བབས་པའི་འགན་འཁུ་  
ཡང་རེད། སློབ་སྦྱོང་སྦྱང་འདོད་ཀྱི་དོ་སྣང་ཡོད་མཁན་ཆོར་འགྲོ་སོང་གི་དཀའ་ངལ་ཡོད་ན་ཆོགས་པ་དང་སྦྱིད་སྤྱུག་  
ཁག་དེ་བཞིན་སྤྲོ་མ་དང་ཆོང་པ་འཕྱོར་ལྡན་ཅན་གྱིས་ཀྱང་ངེས་པར་དུ་རྟོགས་རམ་གནང་རྒྱུ་དང་སེམས་ཤུགས་སྤར་  
རྒྱུ་ནི་གལ་ཆེན་ཞིག་དུ་མཐོང་། སྤྱི་གྲྭ་སློབ་གྲྭ་བཏང་ན་ཕན་ཐོག་ཆེན་པོ་མེད་རབས་དང་གཞུང་གི་ལས་ཀ་རག་གི་མ་  
རེད་ཟེར་བར་ཁ་འབྲམས་ན། བུ་རྒྱུད་ཆོ་སྤྱུགས་པ་སྤྱུགས་རྒྱུ་བཟོ་འཆར་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་སྤྱི་གྲྭ་ཆོ་སློབ་གྲྭ་གཏོང་  
རྟོགས། སློབ་གྲྭ་བཏང་ནས་གཞུང་ལས་རག་ན་ཡག་ཤོས་རེད་མོད། མ་རག་ན་ཡང་བྱ་བ་གང་བསྐྱབ་དགོས་ན་སྐྱབ་  
ཤེས་མཁན་ཞིག་དོ་མ་ཆགས་ངེས་རེད། ཕྱགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མངགས་ནས་ཕྱགས་དང་འདྲ་བར་གང་ཡང་མི་ཤེས་མཁན་

གྱི་མི་ཆེ་སྟོང་བདེ་ལ་འགྱུར་མི་འདོད་ན་ངེས་པར་དུ་ཡོན་ཏན་དང་རིག་གནས་སྦྱང་བརྟུག་རོགས། ཁ་དབེ་ལ་སོ་ནམ་  
མ་ཤེས་རོག་བརྟུང་བེར་སྟོལ་ཡོད་པ་བཞིན། ཨ་རོགས། གཤམས་ལྷ་གཡོན་ལྷ་འགའ་གཞོངས་དང་། དེང་སང་དྲུ་རྒྱའི་  
མཐུན་ཆུན་འཛོམས་ཡོང་དུས་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ཙམ་མ་བདེ་འཛམ་གླིང་ཕྱི་ལ་པོ་འདིའི་སྒྲིང་གི་གནས་ཚུལ་  
ཡང་སྐར་ཆ་རེ་གཉིས་ནང་མཐོང་ཐུབ་པའི་སྐབས་འདིར། ད་དུང་ང་ཆོ་གཉིད་ཁྱུག་ནས་མ་བསྐད་པར། ཟློགས་གང་  
སར་གཟིགས་དང་ང་ཆོ་རྗེས་སུ་ལུས་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ། ལུང་པ་དེ་ལ་དཔལ་འབྱོར་གསོག་བསྐྱབ་བྱེད་སའི་  
ཐོན་ཁུང་མེད་སོང་བ་དང་། ཤེས་བྱ་རིག་གནས་སྤངས་ན་མི་ཤེས་མཁན་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་ནའང་། ཆོས་འཛིན་  
ཉེན་གང་བསྐྱབས་ན་ཡང་ངེས་པར་དུ་སྟོབ་སྦྱོང་དགོས་གཤམ་ཆེ་བར་སེམས། བོང་ན་བཞུགས་པའི་སྒྲིང་མ་དང་དཔོན་པོ་  
ཆོང་པ་འབྱོར་ལྡན་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ཐུགས་བསམ་ཆེ་བཞེས་གནང་སྟེ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟེ་ཁྱེ་ཁྱེ་ཁྱེ་གང་དུ་འཐོར་སའི་ས་ཁུལ་  
རང་དུ་སྟོབ་གྲུ་ཆད་ལྡན་ཞིག་འཛུགས་ཐུབ་ན་ཅི་མ་རུང་། སྟོབ་གྲུ་དེའི་ནང་དུ་ཡང་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་རིག་གནས་མང་  
གཞི་བྱས་པའི་ཐོག་ནས། སྤྲོན་ཅིས། གཞས་ཞབས་སྟོ། བཟོ་རིག་བཅས་ཀྱི་རིག་པའི་གནས་སྤངས་པའི་ཁོར་ཡུག་གཅིག་  
བསྐྱབ་ཐུབ་པའི་དགོངས་བཞེས་གནང་རོགས་བྱ།

### གཉིས།

པ་མེས་ཡང་མེས་རྣམས་ཀྱིས་སྟོག་ལྟར་བསྐྱངས་པའི་ང་ཆོའི་ཁོར་ཡུག་ནི་རང་རེ་ཡུལ་མི་སྤྱིའི་སྤངས་སྟོབ་མ་བྱས་ན་མི་  
རབས་འདིའི་ནང་མཐུག་མི་རྣམས་པའི་ངེས་པའང་མི་འདུག་སྟམ། དཔེར་ན་དབྱར་རྩ་དབྱན་འབྲུ་ཞིག་ཀྱི་བར་འགྲོ་  
བའི་སྐབས་དེར་རང་ཉིད་གཏན་དུ་གནས་སའི་ཁོར་ཡུག་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤངས་སྟོབ་བྱེད་དེ་བག་མེད་ལོངས་སྤྱོད་མི་  
གནང་བར། ར་བཀོལ་བྱེད་ཙམ་ཞིག་ཤིང་སྐམ་པོ་དེ་དག་ཅུག་ནས་མེ་ལ་སྐར་ན་ཆོགས་མོད། ཐབ་རྩོ་བསྐྱེལ་རྒྱ་དང་།  
སུར་དཀར་ནག་ཤུག་པ། ཐེན་ནེ་སོགས་རྩ་ཆེན་གྱི་ཤིང་སྒྲ་དེ་དག་གི་རྩ་བ་སྟོག་ནས་དོན་མེད་ཀྱིས་མེ་ཆེན་པོ་སྐར་  
ནས་དུ་བས་གནམ་ས་འདྲིས་པ་ལྷ་བྱེད་བཞིན་པ་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་ཤེས་ཆད་དབེན་པའི་སྟོན་དུ་བདེ། དེང་སང་ལུང་  
པའི་སྤུ་ནས་ཤུག་པ་དང་གསོན་པའམ་འཕོ་ལོ་སོགས་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོར་གནས་པའི་སྤོང་ཆུ། ཐེན་གྱི་དུས་སུ་  
ཤིང་གཉེན་རེད་བེར་ནས་གནས་ཡོད་པ་དེ་དག་དང་། བགས་རི་བརྩེད་ཉམས་དང་ལྡན་པ་དེ་དག་དེང་སང་སྐྱེ་ཏར་  
རེ་བཟོས་ཏེ་ས་ངོ་རི་ངོ་མི་ཤེས་པའི་ཆད་དུ་སྟེབ་མི་འདུག་གཤ། ལུང་པའི་མདའ་ཡི་དྲངས་ཤིང་གཙང་བའི་རྒྱུ་རྒྱ་དེ་  
དག་རྣམས། ས་གཉེན་བསྟོས། རྩོ་གཉེན་སྟོག་སྤང་གཉེན་བཏུལ། རྒྱ་ཁ་ནས་ས་རྩོ་མ་དབོར་འདྲེན་བྱེད་པ་དེ་དག་  
ནི་རང་ཉིད་ལ་གནས་སྐབས་ཡོང་འབབ་བསགས་ཐབས་ཙམ་མིན་པར་མི་རབས་རྗེས་མ་ཆོ་ལ་ཐུགས་བསམ་བཞེས་  
ཏེ་སྤུག་བསམ་ཞིག་གཏོང་གནང་རོགས།

### གསུམ།

རང་ཅག་ཁ་བ་རི་པའི་མི་སྤུ་ཐམས་ཅད་ཡར་དེད་ན་པ་མ་གཅིག་གི་སྤུ་རྒྱུད་ཡིན་ཟེར་སྟོལ་ལ་གཞིར་བྱས་ན་ཡང་བྱིམ་  
ཆང་གཅིག་ནས་རིམ་བཞིན་བརྒྱུད་དེ་ད་ལྟའི་བར་ས་ཆེན་པོ་འདིའི་སྟེང་དུ་བོད་མི་ས་ཡ་དུག་ལྷག་ཏུ་འཕེལ་ཡོད། དེ་

དག་ཀྱང་གཅིག་རོགས་གཅིག་གིས་བྱས་ནས་འཆོ་སྤྲོད་བྱས་ཡོད་པ་ལས་རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱ་ཞིག་གིས་ཕོ་བྱས་རབས་  
 ཤིག་མེད་ཆོད་ཡིན། དཔོན་ལ་གཡོག་དགོས། གཡོག་ལ་དཔོན་དགོས། དེ་ལྟ་བུ་སྟོས་ས་སྟོས་འཛོགས་ཀྱི་སྟོན་སྟུགས་  
 བསམ་བཞེས་ཏེ། ཐོག་མར་བྱིམ་ཆང་ནས་མགོ་འཛུགས་སྟེ། བཙེ་བ་དང་བྱམས་པ་ཀན་པ་ལ་གྲས་བཀྱར་ཆུང་བ་ལ་  
 བྱམས་སྟོང་ཡོད་པའི་ཐོག་ནས་གཅིག་ཡིད་གཅིག་ལ་ཆེས་ཤིང་། གང་ལ་འཆམ་མཐུན་ཡོད་ན་དེ་ལ་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་  
 ཉེ་མ་ཤར་ཞིང་། འཛུམ་མདངས་དང་བགོད་སྒྲ་ཡིས་ས་གཞི་བྱས། རི་སྐད་དུ། དགེ་འདུན་མཐུན་པ་བདེ་བ་སྟེ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། མཐུན་ལམ་ནི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་རོ་མ་དེ་ཡིན་པས་བྱིམ་ཆང་གཅིག་ལ་དཔེར་བྱས་ན་ལས་  
 སྤྱ་མོའི་ཐོག་ནས་རོས་བཟུང་ཐུབ། བྱིམ་ཆང་དེ་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་མི་མཐུན་པ་བྱུང་ན། སེམས་སྟོ་སྟུག་གིས་མནར། གདོང་  
 མཆི་མས་གང་། བྱིམ་དུ་སྒྲས་ཁེངས། རོ་ནག་རུག་གར་བྱིམ་ཆང་གང་ཤུར་རེ་སྟོང་སང་རེ་གནས་དགོས་བྱུང་ན་སྟིང་  
 བོ་ཅི་ཡོད། ཁ་དཔེ་ལ། ནང་བཀྲ་མ་ཤིས་ན། ཕྱི་དོན་མི་འགྲུབ་ཟེར་བ་བཞིན་ཆོགས་པ་དང་སྦྱིད་སྟུག་གང་ཡིན་ཡང་  
 མཐུན་འབྲེལ་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་མཁྱེན་པའི་ཐོག་ནས་གཅིག་གིས་རྒྱུ་པ་གཅིག་གིས་མ་འཐེན་པར་  
 གཅིག་པན་གཅིག་རོགས་གནང་གལ་ཆེ་བྱ། ཡ་དཔེ་ཞུ་ལ་ལེན། ཞུ་ཁ་དར་གྱིས་བརྒྱན་པ་ལས། མ་དཔེ་ལྷན་ལ་ལེན།  
 ལྷན་གྲང་ཅིད་སྦྱད་ཀྱིས་མ་འཛོར་རོགས་བྱ།



## སྤྱི་མཉམ་དང་འབྲེལ་ནས་དེང་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་བྱེད་ཡོངས་ཀྱིས་སྤྱི་མཉམ་ཆགས་ལ་ བབྱུང་བའི་གནས་བབ་སྒྲིང་བ།

ཚུལ་ཁྲིམས་ནོར་བུ།

སྤྱིར་ཤ་ཟ་བ་དང་། བླག་འཕྲང་བ། སེམས་ཅན་གསོད་པ། རྒྱན་ཆ་འདོགས་པ་སོགས་ཀྱི་ལུགས་དེ་དག་ནི་གདོད་མའི་  
དུས་སྐབས་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཡང་གདོད་མའི་མི་རྒྱུས་ཀྱི་འཚོ་གནས་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་  
ཆགས་ཡོད་པ་དེ་རེད། འོན་ཀྱང་དེང་སྐབས་གདོད་མ་བཞིན་འཚོ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་གིས་བསྐྱལ་དགོས་པའི་དཀའ་ངལ་  
མེད་དེ། གཅིག་ནས་འཚོ་ཐབས་སྤྱི་ཚོགས་དང་། འཚོ་གནས་འདྲ་མིན་གྱིས་འཛིག་རྟེན་འདི་ཁེངས་བཞིན་པའི་དུས་  
སྐབས་ཤིག་མ་ཡིན་ནམ། བྱད་པར་དུ་ཤ་ཟ་བ་དང་། བླག་འཕྲང་བ་སོགས་ཀྱི་ལུགས་དེ་དག་ནི་འཚོ་ཐབས་བྱད་པར་  
ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་དུང་ཡང་ང་ཚོས་རྒྱན་ཆ་འདི་ན་བྱེད་ལོས་འོས་ཀྱང་། དེ་ནི་དེང་སྐབས་སུ་འཛམ་གླིང་མི་མང་རྒྱུས་  
ཀྱིས་ཆེས་དགའ་མོས་བྱེད་སའི་ལྟ་སྒྲུབ་དང་། ལམ་ལུགས་སོགས་ཀྱི་ངོ་གདོང་དང་ཡང་ན་རྒྱ་ཆེ་ས་གཅིག་ནས་བལྟས་  
ན། སེམས་ཅན་གསོད་པ་དང་ཤ་བླག་ཟ་འཕྲང་བྱེད་པ་སོགས་ནི་ཞི་བདེ་དང་། རང་དབང་། འདྲ་མཉམ་གྱི་ཅ་འདྲིན་  
དང་རྒྱབ་འགལ་དུ་བྱིན་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་གསོད་པ་དེས་ཁོར་ཡུག་གཏོར་བསྐྱུག་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་  
གནས་བབས་ཤིག་མཛོན་བཞིན་ཡོད་དེ། བྱི་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་འདི་གནས་པ་ལ་ནང་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྒྱུས་ཀྱང་  
འཚོ་གནས་བྱེད་དགོས་པའི་ལྟ་སྒྲུབ་ཅིག་དེང་སྐབས་ཁོར་ཡུག་དང་འབྲེལ་བའི་ཞིབ་འཇུག་པ་རྒྱུས་ཀྱིས་རྟོག་དོན་དུ་  
བབྱུང་ཡོད། དེ་བཞིན་མིའི་ལུས་ཁམས་ཆགས་རིམ་དང་ཅ་སྐབས་སྒྲུབ་སྒྲུངས་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་དེང་སྐབས་ཀྱི་གསོ་  
བ་རིག་པའི་ཆེད་ལས་པ་རྒྱུས་ཀྱིས་དབྱད་ན། ང་ཚོ་མི་རྒྱུས་ནི་ཤ་བླག་ལོངས་སུ་སྤྱོད་མཁན་གྱི་རིགས་ཤིག་མིན་པ་  
དང་། མིའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལ་ཤ་བླག་མཚོན་པ་འདིས་གཞོན་ཆབ་ཅན་དུ་གྱུར་བཞིན་ཡོད་པའི་བསྟོམས་རྒྱབ་ཡོད་དོ།

དེས་ན་གནས་ལུགས་དེ་དག་གི་སྟེང་ནས་ང་ཚོས་རྟོག་དགོས་པ་ནི་ཞི་བདེ་དང་། རང་དབང་། འདྲ་མཉམ་  
འཕྲོད་བསྟེན། ཁོར་ཡུག་སྤང་སྤོབ་བཅས་ཡིན་དགོས་པས། སེམས་ཅན་གཅིག་གི་ཆེ་སྤོབ་སྤོབ་པ་དེས་ཀྱང་གནས་  
ལུགས་མང་པོ་ཞིག་གི་བདེན་དོན་ལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་ངས་པར་དུ་བྱ་བ་དེ་དག་ལ་ཅིས་ཀྱང་འཇུག་  
རིགས་པར་སེམས་སོ། ང་ཚོ་བོད་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། དེང་སྐབས་སྤྱི་བྱེད་མཁན་དང་སྤྱི་བྱེད་ལ་དགག་པ་བྱེད་  
མཁན་མང་བའི་དུས་སྐབས་ཤིག་རེད་འདོད། འོན་ཀྱང་ཆེ་སྤོབ་བྱེད་པ་ལས་རྒྱ་འབྲས་སོགས་ཁས་ལེན་མིན་ལ་མ་སྟོས་  
པར། ཆེ་སྤོབ་དང་། འཚོ་གནས། རང་དབང་དང་། ཐོབ་ཐང་སོགས་དེང་རབས་ཀྱི་འགྲོ་བ་མིའི་ཤེས་བྱ་དང་སྒྲོ་བ་གསོ་

ཅུང་ཟད་ཟུངས་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ནས་བཟུང་། མྱོག་སྤྱོད་དང་ཆེ་ཐར་བྱེད་པའི་ལྷགས་འདི་ལ་དགག་པ་ཞིག་བྱེད་མི་  
བབ་པའི་ཆོད་དུ་འདུག་གོ།

ལྷ་མཆན་ནི་དང་སྐབས་སུ་ཆེ་སྟོག་འདྲ་མཉམ་དང་། རང་དབང་འདྲ་མཉམ། ཐོབ་ཐང་འདྲ་མཉམ་སྟོགས་  
 བརྟན་དང་ཚོད་བཞིན་པའི་དུས་ཚོད་བྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། གཅིག་ནས་མིའི་འགྲོ་བ་ལས་གཞན་  
 པའི་འགྲོ་བ་ལ་མི་དང་མཚུངས་པར་བདེ་སྟུག་དང་། དགའ་སྟོ། ཆགས་སྤངས་སྟོགས་ཚེར་སྤངས་དང་འདུ་ཤེས་ཀྱི་འཕྲོ་  
 འདུ་གཏོང་ལེན་གྱི་རུས་པ་ཡོད་པའམ་གྲུབ་པར་ཁས་ལྷངས་པ་ནས་བཟུང་དེ་དག་གི་བདེ་སྟུག་དང་། འཚོ་གནས་རང་  
 དབང་སྟོགས་ལ་སྤངས་མེད་དང་གལ་ཆུང་དུ་བཞག་ཐབས་མེད་པ་མ་ཟད། བཅན་འཕྲོག་དང་། རྟོག་རྟེན་དུ་གཏོང་  
 ཐབས་དེ་བས་ཀྱང་གལ་ཡོད་དོ། ལྷ་མཆན་ནི་ཆེ་སྟོག་དང་། འཚོ་གནས་བཅས་ལ་འདྲ་མཉམ་བསྟན་དགོས་པ་འདི་  
 ཉེར་གཅིག་པའི་རྒྱབས་ཆེ་བའི་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་དང་། གོམ་སྟབས་གཅིག་རྩ་དོན་གཅིག་བཅས་མ་ཡིན་ནམ།

ཁྱད་པར་དུ་འཛིག་རྟེན་པ་དང་ཆོས་ལུགས་པ་གང་གི་ངོས་ནས་བསྟན་ཀྱང་དུང་འགྲོ་ལ་སློག་སྦྱོར་མཛད་པའི་བྱ་སྟོང་གི་རིགས་དེ་དག་ནི་བཟང་སྟོང་ཅིག་ཏུ་བཅི་ཆོག་སྟེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལུགས་གཞིར་བཞག་ན། ལོ་ངོ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱའི་གོང་རོལ་དུ་སྟོན་མཆོག་གྲུག་བྱབ་པས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཡོད་དེ། “རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་ཡོངས་ལ། གཞན་ལ་གཞོན་པ་མ་བྱེད་ཅིག །”ཅེས་པས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྦྱག་བསྟེན་མི་འདོད་པ་བཞིན་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཆེ་སློག་དང་རང་དབང་ལ་སྐྱོལ་མི་ཉན་པར་བསྟན་ཅིང་། དེའི་ལུགས་ལ་རང་གི་ལུས་སློག་ལ་གཅེས་པ་ནང་བཞིན་གཞན་གྱི་ཆེ་སློག་ལ་གཅེས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་གསལ་པོར་བསྟན་ཡོད་པས་སློག་སྦྱོར་བྱས་པ་འདི་ནོར་མེད་ལ། དེ་བཞིན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོང་པའི་སྐབས་སུ། “མི་འཛིགས་པ་སྦྱབས་ཀྱི་སྦྱོར་པ་”ཞེས་སྦྱོར་པའི་ནང་གསེས་སུ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་སློག་སྦྱོར་དགོས་པའི་བསྟན་བྱ་ཤིན་ཏུ་མང་། ད་དུང་དེ་ལས་ལྷག་པའི་སྟོང་པ་ཡང་ཡོད་དེ། གཞན་གྱི་སློག་སྦྱོར་པའི་ཆེད་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལུས་སློག་གཏོང་མཁན་”སྟག་མོའི་ལུས་སྦྱོར་”སྟགས་ཀྱི་ནམ་ཐར་མད་དུ་བྱུང་བ་སྟགས་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་། །འདིའི་སྟོར་ལ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་མི་འདོད་པ་བསྟན་སྟིང་ཀྱང་། སྦྱོ་ཡོངས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆེད་དང་། མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད། གཞན་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་ཆེ་སློག་ཤོར་སོང་བ་དང་ཆེ་སློག་བཏང་བཞག་པ་དེ་དག་ལ་བསྟོད་བསྟེན་བྱེད་སྟངས་ནི་ཆོས་ལུགས་པ་དང་། རང་རེ་གཅིག་ལུང་ལུགས་ཅམ་མ་ཡིན་པར་དེང་སང་འཛམ་བུ་གླིང་ཤར་ལུབ་གང་དུ་ཡང་བསྟེན་བཞེད་ཀྱི་མེ་ཏོག་འཛོར་བཞིན་ཡོད་ལ་དེ་ལྟའི་བྱ་བཞག་སྟོང་མཁན་གྱི་མི་སྣ་ཡང་གནའ་རབས་ཅམ་མ་ཡིན་པར། ང་ཆོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། ཆོས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར། གནའ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ། ཤར་ནས་ལུབ་ཀྱི་བར་དུ། ཆོས་པ་ནས་འཛིག་རྟེན་པའི་བར་དུ་སྟེ་འཛམ་བུ་གླིང་འདིའི་སྤང་དུ་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་།

འདིག་རྟེན་པའི་ལུགས་གཞིར་བཞག་ནས་བསམ་སྒོ་བཏང་རུང་། སྡོན་རྒྱ་གར་ལ་རིགས་བཞི་སྟེང་རྒྱ་ཡོད་  
པའི་ནང་ནས་གདོལ་བའི་རིགས་ཟེར་ནས་དམན་པ་ཐ་ཆད་ཅིག་ཏུ་ངོས་འདྲིན་བྱེད་ས་དེ་ཤན་པ་དང་། མཚོན་ཆ་བརྩོ་  
མཁན་གྱི་མགར་བའི་རིགས་ལ་ངོས་འདྲིན་བྱས་ཡོད་ཅིང་། དེ་བཞིན་བོད་པ་རང་གི་སྟོལ་ལུགས་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་།



རུང་ཤན་པ་སོགས་ནི་ཡག་པོ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་སྐབས་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་སློག་གཅོད་པའི་ལས་ལ་མི་དགའ་བས་ཡིན་ཏེ། མིའི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ནི་བཅེ་བ་དང་། སྤྱིང་མེད་བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་ལ་ནང་དོན་རིག་པས་འགྲེལ་བཟླ་དུས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཚན་རིག་པས་ཀྱང་བརྟག་དཔྱད་ཀྱི་ལམ་ནས་ཐུབ་འབྲས་ཐོན་ཡོད་པའི་གནས་བབ་ཅིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་དེ་རེད།

དེས་ན་ཤན་པའི་ལས་ལས་སློག་པའི་སློག་སྒྲུབ་དང་། ཆེ་མར་བྱེད་པ་སོགས་ནི་བཅེ་བ་དང་། སྤྱིང་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་ཅིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པས་མིའི་རང་བཞིན་དང་མཐུན་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ཅིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་ལ། བྱ་འགྲུལ་འདི་དག་ལ་ཞུགས་མཁན་གྱི་མི་སྣ་ནམས་ཀྱང་རིགས་ཞེས་བཟང་ངན་འབྱེད་ས་ཞིག་ཡོད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་རིགས་བཟང་པོའི་གྲས་སུ་འཛོག་དགོས་པ་ལ་ཚོད་པ་གཏན་ནས་མེད་སྟུང་མོ།

རེ་འགས་བཤད་ན། “ཤན་པའི་ལག་ནས་སེམས་ཅན་བསྐྱབས་ན་དེ་ལས་མང་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་སློག་ཤོར་ཉན་ཡོད་”པའི་བསམ་ཚུལ་འདོན་མཁན་འདུག་མོད། ངས་བལྟས་ན་དེ་ནི་ཞིབ་མོར་མ་བརྟག་པའི་གཏམ་དུ་སྒྲུང་སྟེ། དཔེར་ན། སེམས་ཅན་གཅིག་བསད་ནས་དེའི་དདུལ་གྱིས་སེམས་ཅན་ཉོས་ཏེ་རིམ་པས་གསོད་པ་དང་། སེམས་ཅན་གཅིག་སློག་སྒྲུབ་མཁན་ལ་སྤྱད་དེ་དེའི་དདུལ་གྱིས་སེམས་ཅན་ཉོས་ཏེ་གསོད་པ་གཉིས་ལས་བྱི་མ་དེ་ཅུང་དྲགས་པར་སེམས་ཏེ། དང་པོར་བརྒྱ་ཡི་ནང་ནས་གཅིག་ཀྱང་མི་ལྷག་པར་ཡོངས་རྫོགས་དམར་གསོད་བྱེད་རྒྱ་དེར་ངེས་ལ། བྱི་མར་བརྒྱ་ཡི་ནང་ནས་གཅིག་གི་ཆེ་སློག་ལ་རང་དབང་གི་སྐྱལ་པ་བསྐྱུན་སྐབ་པ་དེའི་ཕྱིར་རོ།

དེ་བཞིན་ཡང་ལ་ཤས་ཀྱིས། “དདུལ་དེ་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་གིས་བོད་མི་ཉམ་ཐག་ཆོར་རོགས་སྦྱར་མི་བྱེད་པར་དུད་འགོ་སྦྱོབ་བྱེད་བྱས་འགྲིག་མི་འདུག་”ཟེར་ནས་སྤངས་མཁན་བྱུང་རུང་། དེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་ཅམ་ལས་ངེས་པར་ལས་ཀ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཟེར་ནས་བཀའ་བཀོད་བཏང་ས་མེད་དེ། “མི་སྐྱམ་ཅུར་བསམ་སྒྲུབ་སྒྲུ། །མཛོ་སྐྱམ་ཅུར་ར་ཁ་དུག་ཅུ་”ཞེས་པ་ལྟར་རེད། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་བྲིམས་དང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་བདེ་འཇགས་དང་མ་འགལ་ནས་བཟུང་རང་སེའི་འདོད་མོས་ལྟར་མདུན་བསྐྱོད་གང་འདྲ་ཞིག་བྱེད་མིན་དང་། ལས་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་གཉིས་མིན་ལ་དབང་ཆ་དང་ཐོབ་ཐང་ཆ་ཆང་རང་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་ལས་གཞན་ཞིག་གིས་དབང་བསྐྱུར་བྱེད་པའི་དུས་ཆོད་ལས་ཡོལ་ཟེན་པ་ཤས་དགོས་པའི་ཆོད་དུ་འཁྱུམས་སོ།

དེ་བཞིན་བསམ་སྒྲུབ་མི་གཅིག་པ་དང་། ལས་རིགས་མི་གཅིག་པ་སོགས་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་ཡིན་ནས་བཟུང་ངེས་པར་དུ་ཡོད་དགོས་ལ། གལ་སྲིད་དེ་ལྟར་མེད་ནས་བཟུང་དེའི་སྤྱི་ཆོགས་དང་ཁོར་ཕྱག་ནི་སྤྱན་ནག་དང་རྗེས་ལྷས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་ཡིན་སྲིད་དོ། དེ་བཞིན་”དདུལ་དེ་འདྲའི་མང་པོ་ཞིག་གིས་སེམས་ཅན་ཉམ་ཐག་ཆོར་སློག་མི་སྦྱོབ་པར་བོད་རིགས་ཉམ་ཐག་ཆོར་ཆེད་དུ་དདུལ་བཏང་ནས་འགྲིག་མི་འདུག་”ཟེར་ན་ཡང་ལན་གཅིག་པ་ལས་པན་ཚུན་དགག་བཞག་བྱེད་ས་ཅི་ཡང་མེད་སྟུང་མོ།

འགའ་ཤས་ཀྱིས་བསམ་ན། “དུད་འགོ་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱེད་པ་དང་། དེ་དག་གི་སློག་སྦྱོབ་པའི་ལས་འགྲུལ་སྟེལ་

མཁན་ནི་ང་ཚོ་གཅིག་ཕྱེས་པ་གཞན་ཞིག་མེད་པ་འདི་ཆོད་དཔག་ལྟ་བུ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་མོད།

དེ་འདྲ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་ཏེ། འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་བཞག་ན་རྒྱ་གར་དང་འབྲུག་ས་འཛོམས་ལྟ་བུ་ན་རྒྱ་གར་གྱི་ཤ་བཙོང་མཁན་རེ་བྱུང་ཡོད་པ་ལས་གཞན་དུ་འབྲུག་རྒྱལ་ཡོངས་སུ་བཤས་ཁང་གཅིག་ཁྱད་མེད་པ་དང་། མ་ཟད་ས་གནས་བ་དང་། སྐྱེ་བ་དང་པོ་གཉིས་དུས་ཆེན་ལ་ཅིས་ཏེ་ཤ་ཉོ་ཆོང་མི་ཆོག་པ་དེ་ལྷགས་སྒོལ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁྲིམས་ལ་བཞག་ཡོད་དོ།

གཞན་ཡང་རྒྱ་བྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་དང་ཁྱད་པར་དུ་ཨ་རི་ལྟ་བུའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཆ་བཞག་ནས་བཤད་ན། བྱི་དང་ཁྱི་མི་སོགས་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་དང་ཁད་ཉེ་བའི་སེམས་ཅན་རིགས་ལ་རང་དབང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། གལ་སྲིད་བྱི་ཞིག་ཉར་མཁན་ཡོད་ན། དེའི་བྱི་དེ་གཞུང་ལ་ཐོ་འགོད་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་གཞུང་གི་ངོས་ནས་བྱི་ཉར་མཁན་གྱི་ཁྲིམ་ཆང་རེ་རེ་ལ་སྒྲ་རེ་དང་། ལོ་རེ་བྱས་ནས་བྱིའི་བདེ་སྤྱད་དང་རང་དབང་གི་ཆེད་དུ་བརྟག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་བཞིན་མིང་གི་འབོད་སྙངས་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་བཞག་རུང་བྱི་ཟེར་ནས་འབོད་མི་ཆོག་པར་མིང་མ་ཤེས་ན། ཁོང་དང་། མོ་ཟེར་བ་དང་། དེ་བཞིན་མིང་ཤེས་ན་མིའི་མིང་བཏགས་ཡོད་པས་དེའི་སོག་ནས་འབོད་དགོས་སོ། །ད་དུང་གསར་འགྱུར་ཞིག་བྱུང་ས་ན། སྤྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་བརྒྱ་བཞི་ཡས་མས་ཤིག་ལ་ཨ་རིའི་དམག་བྱི་ཞིག་བྱུག་ཆོལ་བས་བསད་པར་གཞུང་གིས་མུ་དན་དང་། དུར་སྐས་བྱེད་སྙངས་སོགས་ལ་ཆ་བཞག་ན་དམག་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྱི་གཤེགས་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱིས་ལག་སྟར་བྱས་འདུག་གོ།

ཁྱད་པར་དུ་དེང་སང་གི་དུས་འདིར་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱུང་པ་དང་མི་འདྲ་བར། རང་དབང་དང་། ཐོབ་ཐང་ཟེར་ནས་འདྲ་མཉམ་ཆོད་མཁན་མང་ལ། འདྲ་མཉམ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གོམ་གང་མདུན་སྤོས་ཀྱིས་རྒྱལ་ཁབ་ཡང་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཐོབ་ཡོད། འདིའི་བྱ་འགུལ་དེ་དང་པོ་རྒྱ་བྱོགས་ཀྱི་ལུང་པ་རྒྱུང་རེ་ནས་འགོ་བཙུགས་པ་ཡིན་ཡང་། དེང་སྐབས་འཕེལ་རྒྱས་སུ་བྱིན་ནས་འཛམ་གླིང་ཤར་རྒྱབ་མེད་པར་དཔེར་ན། ལ་དྲོག་དབྱེ་འབྱེད། ཆོས་ལྷགས་དབྱེ་འབྱེད། རིགས་རུས་དབྱེ་འབྱེད་སོགས་དབྱེ་འབྱེད་ཀྱི་རབས་མང་པོ་ཞིག་གི་སྒོག་རྩ་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་འཆི་ལ་ཁད་དུ་གྱུར་དང་འགྱུར་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་ད་དུང་འགོ་བཙུག་པའི་ཐོབ་ཐང་དང་། རང་དབང་ཟེར་ནས་སྤྱིང་མཁན་ལས་སེམས་ཅན་གཅིག་གྱུར་ལ་འདྲ་མཉམ་རྩ་འཛིན་གྱི་ཁྲིམས་ཡིག་ཅིག་ཡོད་པར་མི་སྣང་ཡང་། རང་དབང་དང་། ཐོབ་ཐང་། འདྲ་མཉམ་ཟེར་བའི་ཆོག་དེ་དག་གི་སྤྱིང་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་རང་དབང་དང་། ཆེ་སྒོག་ལ་གཅེས་འཛིན་བྱེད་པའི་ལམ་ཞིག་རྒྱུང་འགོ་ཚུགས་བཞིན་ཡོད་པར་སྣང་སྟེ། དེང་སྐབས་ཨ་རི་ན་དུང་འགོ་སྤྱད་སྒྱུ་སྒྲིབ་ཚོགས་པ་ (Humane Society of United States (HSUS) ཞེས་ཡོད་ལ། དེ་བཞིན་རྒྱ་བྱོགས་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་དུང་འགོའི་རང་དབང་ཚོགས་པ་ ཞེས་པའི་དུང་འགོའི་བདེ་སྤྱད་ལ་ལྟ་མཁན་གྱི་ཚོགས་པ་མང་དུ་ཡོད། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་ལ་གོང་ཁྱིམ་སྤྱི་ལོ་ནང་ཉེན་གཞི་བྱས་པའི་དུང་འགོ་སྤྱད་སྒྱུ་སྒྲིབ་ཚོགས་པ་ (Humane Society International) ཞེས་པ་ཡང་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་ལ་དཔེར་བཞུགས་ནས་བཙན་བྱོལ་བོད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་ཡང་། དུང་འགོ་རང་དབང་ཚོགས་པ་ཟེར་ནས་ཚོགས་པ་ཞིག་

བཅུགས་ཏེ་པལ་ཆེར་ལོ་ངོ་བཅུ་ཁ་ཡས་མས་ཤིག་སོང་བའི་ཡོད་སྟེ། འདི་དག་ནི་ཉམ་ཆུང་དུ་འགྲོ་ནམས་ཀྱི་མགྲིན་  
 ཆབ་པ་ཆགས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གིས་ལས་འགུལ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན། མགོན་མེད་པའི་ཉམ་ཆུང་དུ་འགྲོ་ནམས་  
 ཀྱི་ཆེ་སློག་ལ་སྐྱོལ་མི་ཉན་པ་དང་། ཤ་བ་མི་ཉན་པ་དང་། བགས་ཀྱིན་མི་ཉན་སོགས་ཀྱི་སློབ་གསོ་དང་འབྲེལ་གསོད་ར་  
 དང་། ལམ་བར་གྱི་སྒྲེལ་འདྲེན། ཤན་པའི་ལག་ལྟོགས་ལ་ཆེ་བཞིན་པའི་གནས་སྐྱབས་སོགས་སྒྲུག་བསྐུལ་ཅི་ཡོད་པ་དེ་  
 དག་བརྟན་དང་འདྲ་པར་གྱི་ལམ་ནས་མི་མང་ལ་གོ་རྟོགས་སྒྲེལ་དང་སྒྲེལ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་རི་སྒྲེལ་སློག་  
 ཆགས་དང་ཉེ་འཁོར་གྱི་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲན་བཅོས་ཀྱི་བྱ་འགུལ་སོགས་སྒྲེལ་དང་སྒྲེལ་སྒྲུབ་བཅས་རེད།

ད་དུང་དེ་ལས་ཀྱང་མི་ཆད་དེ། ར་ནིང་ད་ལོ་ནས་བཟུང་ཨ་རི་སོགས་རྒྱབ་སྐྱོལ་སྒྲུལ་ཁབ་ཁག་ནས་གཞོན་  
 སྒྲེལ་གྱི་ཆོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་སློག་གཅོད་པའི་ལས་འགུལ་དེ་དག་མཆོམས་འདྲིལ་དགོས་པའི་ངོ་  
 སྐྱོལ་ལས་འགུལ་དང་། རམ་སྟོན་ཁྲོམ་སྟོར་སོགས་བྱས་དང་བྱེད་བཞིན་པའི་སྤྱང་རེད་དོ།

ཁྱད་པར་དུ་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་བྱ་འགུལ་དེ་དག་གི་སྟེ་ཁྲིད་པ་དང་། ལམ་སྟོན་པ། ལས་ཁྲུགས་པ་སོགས་  
 གང་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་རུང་ཆོས་པ་དང་གྲུ་པ་བཅས་ཟུར་དུ་བཅད་ས་དང་ངོས་འཛིན་ས་མེད་པར་སྒྲིལ་ཆོགས་ཀྱི་སྟེ་  
 ཁྲིད་པ་དང་། ཆབ་སྲིད་པ། དགེ་ཆུ། སློབ་མ་བཅས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཤེས་ལྡན་མི་སྣ་ཁོ་ནས་གྲུབ་པར་བྱས་ཡོད་དོ།  
 དེ་བཞིན་ཨེ་ཤ་ཡ་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན། གནའ་བོའི་ཤེས་རིག་གི་སྟེ་གནས་ཆུ་གར་ཆུལ་ཁབ་ལ་ཆ་བཞག་ན། ཁྲོང་ཁྲོར་  
 ཆེ་ཁག་སོགས་གང་དུ་སོང་ཡང་བཤས་ར་ཆེན་པོ་སོགས་མཐོང་དགོན་པོར་སྤྱང་ཁྲིང་། དེའི་རྒྱ་མཆོན་ནི་ཤ་བ་མཁན་  
 ཉུང་བས་ལོས་ཡིན། རིགས་མང་ཆེ་བས་ཤ་མི་བུ་ལ། བུ་མཁན་ལ་ཡང་རྣམ་འགྲུར་ཡག་པོ་ཞིག་མི་སྟོན་ནོ། །དཔེར་ན་  
 ལོ་གཅིག་གི་ནང་ཆུ་གར་བས་ཤ་ག་ཆོད་བཞིན་ཡོད་ཟེར་ན། སྤྱི་ལོ་ ༡༠༡༡ ལོར་ཆུ་གར་གྱི་ཁྲོང་ཁྲོར་སྐུ་མེ་ནས་  
 ཨ་རིའི་དུང་འགྲོ་སྤྱང་སྒྲོབ་ཆོགས་པའི་ཆོགས་གཙོ་སྒྲུ་ཞབས་མེ་ཞེ་པ་སེལ་ལེ(Wayne Pacelle)མཆོག་གིས་གསུང་  
 བཤད་གནང་དོན། ཆུ་གར་མི་འཕོར་ལ་གཞིགས་པའི་ཆ་སྟོམ་ཐོག་ནས་བཅིས་ཆུག་སྐབས་ལོ་རེའི་ནང་མི་རེ་རེས་སྤྱི་ཆུ་  
 (kilo) གསུམ་དང་བྱེད་ཀ་བཞིན་ཡོད་པར་བཤད་འདུག འདི་ནི་ཆུ་ནག་ལྟ་བུ་ལ་ཆ་བཞག་ནས་བཤད་ན་ཡིད་མི་  
 ཆེས་པའི་ཆོད་རེད་སྟེ། དེས་མ་ཆད་ཨ་རི་སོགས་ལ་ཆ་བཞག་རུང་བརྟུང་བཟུང་གིས་ཉུང་སྟེ། ཨ་རི་དང་ཕ་རན་  
 སི་ལྟ་བུའི་ནང་ཆ་སྟོམ་ལོ་རེའི་ནང་མི་རེས་སྤྱི་ཆུ་ ༡༠༠ མ་བཅིན་ཅུ་མ་བཞིན་ཡོད་པར་བཤད་འདུག་གོ།

སྤྱིར་སེམས་ཅན་གྱི་ཆེ་སློག་གཅོད་པའི་ལྷགས་ལ་དགག་པ་རེ་མང་དང་། ཆེ་སློག་གཅོད་པའི་ལྷགས་རེ་ཉུང་  
 ལ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། དུས་རབས་བདུན་པའི་སྟོན་དུ་ང་ཆོ་བོད་ལ་ཡང་དམར་མཆོད་བྱེད་པའི་ལྷགས་ཆེས་  
 ཆེར་དར་ཡང་བཅོན་པོ་ཁྱི་སྒོང་ལྷེ་བཅོན་གྱི་སྐབས་དགག་པར་མཛད་པ་ནས་བཟུང་རིམ་པས་མེད་པ་ལྟ་བུར་སོང་སྟེ་  
 དེང་སྐབས་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་སྤྱག་འགའ་ལས་མེད་པར་གྱུར་ཡོད། དེ་བཞིན་སྟག་གཟིག་སོགས་རྩ་ཆེ་བའི་སེམས་  
 ཅན་གྱི་བགས་པ་དང་རུས་ཀོང་གིས་གོས་དང་རྒྱ་ཆ་བྱེད་པའི་ལྷགས་བོད་ཁམས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་དར་སྒོལ་ཤིན་  
 ཏུ་ཆེ་ཡང་མཁན་ཆེན་ཚུལ་བློམས་སྒྲོ་གོས་ཀྱིས་སྤྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་ཡས་མས་ནས་བཟུང་བོད་ས་གང་དུ་ཐེབས་ཀྱང་དེའི་

སྐོར་ལ་དགག་པ་ནན་བརྗོད་མཛད་པ་དང་། ཟུང་པར་དུ་སྦྱི་ལོ་ ༡༠༠༤ ལར་མ་ལ་ཏུར་གོང་ས་མཆོག་གིས་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་གྱི་སྐབས་སུ་ལྷགས་སོལ་དེ་དག་ཉེར་གཅིག་ཤུའི་དུས་དང་མི་འཚམས་པའི་ལམ་སྟོན་ཆེས་ཆེར་མཛད་པ་བཞིན་དེ་ནས་བརྒྱུད་མཚམས་འདྲིལ་བྱས་ཡོད། རྒྱ་མཚན་དེ་འདྲ་ཞིག་གིས་རྒྱ་གར་ནང་གཅིག་ཤུ་ལ་ཆ་བཞག་རུང་ཆ་ཆེ་བའི་རི་སྒྲིམ་སྟོག་ཆགས་དང་གཅན་གཟན་གྱི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་གི་བདེ་འཇགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་རྒྱས་པ་ཆེས་ཆེར་སོན་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། བོད་ཀྱི་རང་བྱུང་ཁོར་ལུག་སྤྱད་སྟོབ་ཆ་འཕྲིན་ང་བའི་སྤྲོད་རྒྱ་གར་གྱི་སྟག་ལ་ལྷགས་པའི་དོན་རྒྱུན་སྐོར་"ཞེས་པ་ལས་"ཉེ་བའི་ལོ་ཤས་ནང་རྒྱ་ནག་དང་བོད་ནང་སྟག་གི་གཟུགས་པོའི་ཆ་ཤས་རུས་པ་དང་པགས་པ་སོགས་ཉེ་ཆོང་དང་བེད་སྟུང་འགོ་རྒྱགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་"ཞེས་པ་ནས་"སྦྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལས་ ༡༩༩༩ ལྷ་ ༡ བར་སྟག་གྲངས་ ༩༧༡ ཅམ་དང་། གཟིག་གྲངས་ ༡༧༤༤ ལྷ་གྲངས་ ༧༧༧ ཅམ་ཁྲིམས་འགལ་སྟོན་ནས་རྗོད་རྒྱག་དང་ཉེ་ཆོང་བྱས་ཡོད་པས། དེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་མི་གྲངས་ ༡༩༩༡ ཅམ་འཛིན་བརྒྱུད་དང་། བཀག་ཉར། བཅོན་འཇུག་ཁྲིམས་ཆད་སོགས་སྟོག་ཡོད་པ་རེད་"ཅས་དང་། དེ་བཞིན་སྦྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོའི་སྦྱི་ལྷ་བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་ཨེ་ཤེ་ཡ་རང་དབང་རྒྱུད་འཕྲིན་ཁང་གིས་དེའི་སྐོར་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་སྟེ་ལོ་བའི་ནང་"སྦྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོ་ནས་སྦྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་བར་རྒྱ་གར་ནང་སྟག་གི་གྲངས་འཕོར་དེ་ ༡༤༠༠ ཅམ་ནས་ ༡༩༠༠ ཅམ་བར་བརྒྱ་ཆ་ ༥༠ ཅམ་ཉུང་དུ་བྱིན་ཡོད་ན་ཡང་སྦྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་ ༧ གོང་ས་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེན་མཆོག་གིས་པགས་རིགས་ཀྱི་ལོ་གས་བཀག་བཞུགས་ཀྱི་བཀའ་སློབ་ཐེབས་རྗེས་སུ་ད་སྐབས་ལོ་བཅུ་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་རྒྱ་གར་གྱི་སྟག་གི་གྲངས་འཕོར་ ༡༩༩༩ ཡར་འཕར་སྟོན་བྱུང་ཡོད་"པའི་སྐོར་བཛྲོད་འདུག

ང་ཆོའི་ཁྲིམ་མཆོས་རྒྱལ་ཁབ་བལ་ཡུལ་ལ་བསམ་ན། ལྷ་ཁྲི་ཉི་མལ་ Gadhimai ལྷ་ཁང་དུ་ལོ་ལྷ་རེའི་རྗེས་ལ་ལྷ་མཆོད་བྱེད་སྐབས་སེམས་ཅན་སྟོང་ཆོ་མང་པོ་སྟོག་གཅོད་ཀྱི་ཡོད་པར་བརྟེན། སྦྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོར་དམར་མཆོད་དུས་སྟོན་སྐབས་བལ་ཡུལ་གྱི་ལྷ་ཁྲི་ཉི་མལ་ Gadhimai ལྷ་ཁང་དུ་ར་དང་། བྱ། མ་ཉེ་བཅས་ཁྱོད་བཞུགས་སེམས་ཅན་སྟོང་ཕྱག་ལྷ་བརྒྱ་ལྷག་དང་། ཉིས་སྟོང་བཅུ་བཞི་ལོར། མ་ཉེ་བྱི་གཅིག་དང་། ར་འབྲུམ་གཅིག་དང་བྱི་གསུམ་གྱིས་དམར་མཆོད་བྱས་འདུག་མོད། འདྲམ་སྤྱིང་སེམས་ཅན་བྱམས་སྟོང་ཆོགས་པ་ནས་བལ་ཡུལ་གཞུང་ལ་ལོ་ལྷར་སེམས་ཅན་དམར་མཆོད་སྤུལ་མཚམས་འདྲིལ་དགོས་པའི་སྐོར་ལ་རེ་ཞུ་ཐེངས་མང་བྱས་པར་བརྟེན། ལྷ་ཁྲི་ཉི་མལ་ (Gadhimai) ཐེབས་རྒྱ་ཆོགས་པའི་ཆོགས་གཅོས་བཛྲོད་པ་ལྷར་ན་རྗེས་ལོ་ནས་བརྒྱུད་ལྷ་ཁྲི་ཉི་མལ་ Gadhimai དུས་ཆེན་སྐབས་སེམས་ཅན་དམར་མཆོད་སྤུལ་མཚམས་འདྲིལ་རྒྱ་ཡིན་པའི་གསལ་བསྐྱགས་བྱས་འདུག། དེ་བཞིན་རྒྱ་གར་ལ་ཆ་བཞག་ནས་བཤད་ན་ཡང་། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བྱིངས་ན་གསལ་བ་ལྷར། སྟོན་གྱི་དུས་སུ་སྦྱི་ཆོགས་གཞན་དག་དང་མཚུངས་པར་དམར་མཆོད་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ལྷགས་དར་བྱུང་ཆེ་བར་སྤྱད་ཡང་། གསར་རྗེ་བ་བྱགས་ཅན་ར་ཇ་རམ་མོ་ཉན་རོ་ཡེས་ (Raja Rammohan Roy) སྦྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ལོ་ནས་བརྒྱུད། རྩོམ་གྲོངས་རྗེས་འདས་མཆོད་དང་ལྷན་དུ་རྒྱུང་མ་གསོན་སྟོག་བྱེད་པ་དང་། རྩོམ་གྲོངས་རྗེས་སྐར་དུ་གཉེན་སྦྱིག་བྱེད་མི་ཆོག་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོལ་ངན་མེད་པར་བཞོས་པ་

དང་།

སྲིད་སློན་ནི་ཉ་ཅུའི་བུ་མོ་ཞེན་རྩ་རྩུབ་དུ་ཡི་དུས་སྐབས་སུ་ཉིན་དུའི་ལུགས་ཀྱི་དམར་མཚོད་ཆེན་མོ་  
སོགས་དམར་མཚོད་ཀྱི་ལུགས་ལ་དམིགས་བསལ་དམ་བྱག་མཛད་པར་བརྟེན། དེང་སང་རྒྱ་གར་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ས་  
གནས་གང་དུ་སོང་ཡང་། དམར་མཚོད་ཀྱི་ལུགས་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་དོ།

གཞན་ཞིང་ལྷ་ལའི་གྲོང་ཁྱེར་ཏཱ་ཀ་ (Dhaka) ནང་ཁ་ཆེ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དམར་མཚོད་དུས་ཆེན་ (Eid al-  
Adha) ཉིན་སེམས་ཅན་འབྲུམ་ཆོ་ཡས་མས་ཀྱིས་དམར་མཚོད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ན་ཡང་། ད་ལོའི་ཆར་རྒྱལ་སྤྱིའི་  
སེམས་ཅན་སྲུང་སྐྱོབ་ཆོགས་ལྗེ་ཁག་གིས་བརྒྱུད་ལམ་ཁག་ཏུ་ཏཱ་ཀ་གྲོང་ཁྱེར་ནང་སེམས་ཅན་མང་པོ་དམར་མཚོད་  
ཀྱི་བྱངས་ཁྲག་གིས་ཁེངས་པའི་འདྲ་པར་དང་བརྒྱན་ཐུང་མང་པོ་བརྒྱུད་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་གནས་ཚུལ་དེ་སྤེལ་སྤོང་ལུགས་  
ཆེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་ཡང་ཐོན་འདུག དེས་ན་སྤྱི་ཡོངས་ནས་འདི་དག་ལ་བལྟས་ནས་ཡོང་ན་ང་ཆོ་  
ཙམ་མིན་པར་འཛམ་བུ་སྤྱི་འདིར་མགོན་མེད་ཉམ་རྒྱུད་དུ་འགྲོའི་བདེ་སྤྱུག་གི་ཐད་གཟིགས་མཁན་རྗེ་མང་། ཆོ་  
སོག་ལ་སྤྱང་རྒྱུད་བྱེད་པའི་ཆོས་པ་དང་མི་སྣ་རྗེ་ཉུང་ལ་འགྲོ་བཞིན་པའི་གནས་བབ་ཅིག་མཛོན་ཡོང་ལ། བྱུང་པར་དུ་  
སྤྱར་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་གསོད་པའི་སྒོལ་ངན་དང་ལུགས་ངན་དེ་དག་ཉི་མ་རེ་རེ་ནས་གཙང་སེལ་དང་ཅུས་མེད་  
དུ་བཟོ་བཞིན་པ་ལས་སྤྱར་མེད་པའི་སེམས་ཅན་གསོད་པའི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་དང་ཆབ་སྲིད་ཅིག་དེང་སྐབས་གསར་  
བསྐྱེད་དང་གཏན་འབེབས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ཤིག་དུས་རབས་འདི་དང་ང་ཆོའི་སློ་སྤྱོད་དུ་བསྐྱེད་བཞིན་མེད་པ་འདི་ནི་  
ཁ་ཕྱོགས་གསར་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་པའི་ཆོད་རེད་སྟེ་མ་མོ། དེ་བཞིན་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་མཚོན་ཙམ་ཞུས་ན།  
ང་ཆོའི་ལུགས་ལ་སློན་མ་ཆོས་རྒྱལ་མས་དཔོན་རྣམས་གསུམ་ནས་བཟུང་རི་རྒྱ་ཁྲུང་རྒྱ་བསྐྱམས་ཟེར་ནས་ས་གནས་ཀྱི་རི་  
དུགས་དང་རྒྱ་གནས་སོགས་གསོད་མི་ཆོག་པ་ལྟར་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དག་ཁག་ལ་ཡང་དེང་སྐབས་སུ་སོ་སོའི་ས་གནས་  
ན་ཡོད་པའི་རྩ་ལ་རོལ་བའི་རི་སྐྱེས་སེམས་ཅན། ཤ་ཁྲག་ལ་རོལ་བའི་གཤན་གཟན། གཤོག་པ་ཐོགས་པའི་འདབ་ཆགས།  
རྒྱལ་རྒྱ་བའི་རྒྱ་གནས་སོགས་རྩ་ཆེ་བའི་སེམས་ཅན་དང་སྟོང་ལ་ཉི་བའི་སྒོག་ཆགས་རིགས་སྤྱི་ཡོངས་ལ་དམིགས་ནས་  
རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོ་ནས་སྲུང་སྐྱོབ་ཆོགས་པ་ཆེད་དུ་བསྐྱོས་ནས་བལྟ་སྲུང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ། སེམས་ཅན་དེ་རིགས་གསོད་  
མཁན་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ནི་སྤྱི་མས་འགལ་བ་ཡིན་པས་བཙོན་འཇུག་སྤྱི་མས་ཐག་གཅོད་བཞིན་ཡོད་པའི་དུས་ཆོད་ཅིག་  
ཆགས་ཡོད་ཕྱིར་། ཉ་ཅུའི་སློན་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་མང་ཡང་འདིར་ཉོག་འགྲོ་བས་མ་བྲིས་སོ། ། ང་ཆོ་མ་གཏོགས་ས་  
གནས་གཞན་དག་ལ་དུང་འགྲོའི་བདེ་སྤྱུག་དང་། སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་མཛེས་སྤྱུག་ལ་ཐུགས་བསམ་བཞེས་མཁན་  
ཞིག་ཡོད་ས་མ་རེད་སྟེ་མ་མོ། པའི་རང་ལྟ་མཚོག་འཛིན་གྱི་ལྟ་བུ་དེ་ངས་པར་དུ་འདོར་དགོས་སོ།

2017/10/19



## བྱ་ཆེག་སྐྱོར་ལ་དབྱེད་པ་སྐྱུ་རེངས་དང་པོའི་ལྷང་བ།

གངས་ཚུ་ཐེག་ལ། • རེ་བོ་ཆེ།

འདི་ལ་བྱ་ཆེག་གི་ནམ་གཞག་སྤྱིར་བཤད་པ་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་མིན་སོགས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་མཁས་པ་གཞན་གྱི་འདོད་  
ཚུལ་བཀོད་ཅིང་དེ་ལ་དོགས་པ་སྐྱོང་བ་དང་། དེ་དག་གི་སྐྱོར་ལ་རང་གི་བསམ་ཚུལ་བརྗོད་པ་དང་གསུམ་གྱིས་གཏན་  
ལ་འབེབས་པར་འདོད་དོ།

དང་པོ། བྱ་ཆེག་གི་ནམ་གཞག་སྤྱིར་བཤད་པ་ནི། དེ་ཡང་ཐོག་མར་བྱ་ཆེག་འདི་ཉིད་གང་ལ་བསྟོས་སའམ་  
གང་ལས་འབྱུང་སའི་གཞི་ལྟ་བུར་གྱུར་བ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་གོ་དོན་ཅུང་ཟད་སྤང་ན།

བྱ་ེ་སྐབས་འདིར་བྱ་ཞེས་པ་ནི་བྱ་བ་རང་སྟེ། དེ་ཡང་སྤྱིར་བྱ་བ་ཞེས་པ་དེ་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་ལ་  
ཡོད་པའི་བྱ་བ་དང་། ལས་ཀྱི་དངོས་པོའམ་བྱ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་བྱ་བ་གཉིས་ཆོགས་ཅན་དེ་ལ་གོ་དགོས། འོན་ཀྱང་བྱ་  
ཆེག་བེད་སྟོད་སྤངས་ཀྱི་དབང་གིས་སྐབས་འགར་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་ལ་ཡོད་པའི་བྱ་བ་སྟེ་བྱེད་ལས་སྟོན་  
པ་དང་། སྐབས་འགར་ལས་ཀྱི་དངོས་པོའམ་བྱ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་བྱ་བའམ་བྱ་ལས་སྟོན་པ། ཡང་སྐབས་རེར་བྱ་བྱེད་ཐ་  
མི་དད་པའི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་ཅམ་སྟོན་གྱིན་ཡོད་པ་ཡང་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ལས་ཤེས་དགོས། དེ་ཡང་དཔེར་ན།  
འདིར་ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་གཅོད་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། གཅོད་ཅེས་པའི་ཆེག་འདི་བྱ་བ་སྟོན་པའི་ཆེག་ཡིན་ལ། འདིས་  
ནི་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པའི་ཐོག་གི་བྱ་བའམ་གཡོ་ཚེལ་གྱི་ཆ་དེ་སྟོན་གྱིན་ཡོད་པས་ན་གཙོ་བོ་བྱེད་ལས་སྟོན་གྱིན་ཡོད་  
ཟེར་ཆོག་པ་རེད།

བྱེད་ེ་བྱེད་ཅེས་པ་ནི་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་པ་ལ་གོ་དགོས་པ་རེད། དེ་ཡང་དཔེར་ན། ཤིང་མཁན་གྱིས་སྟེ་ས་  
ཤིང་གཅོད་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། ཤིང་མཁན་བྱེད་པ་པོ་དང་སྟེ་རེ་བྱེད་པ། ཡང་ན་ཤིང་མཁན་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་དང་། སྟེ་  
རེ་བྱེད་པ་པོ་པལ་པ་ཡིན་གསུང་མཁན་ཡང་ཡོད། དེས་ན་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་དང་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་པོ་ནམས་དོན་  
གཅིག་ཏུ་བཞུགས་བྱེད་པ་པོ་པལ་པ་དང་བྱེད་པ་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས།

ལས་ེ་ལས་ཞེས་པ་ནི་ལས་ཀྱི་དངོས་པོ་སྟེ། ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་གཅོད་ཅེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཤིང་དེ་ཉིད་ལས་  
ཀྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ལ། ཏྲགས་འཇུག་སྐབས་སུ་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞེས་པ་ཡང་ལས་ཀྱི་དངོས་པོ་དེ་རང་ལ་གོ་དགོས་པ་རེད།

དེ་ཡང་སྤྱིར་བྱ་ཆེག་ཅེས་པ་འདི་གཙོ་བོ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ནང་གི་བྱ་བ་དེ་ཉིད་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཆེག་ཡིན་པས་  
ན་བྱ་ཆེག་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་དེ། བྱ་ཡུལ་ལམ་ལས་ཀྱི་དངོས་

པོ་དང་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་ཏུ་བྱལ་མིན་ལ་ལྟོས་ཏེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ། དེ་བཞིན་བྱ་བ་རང་ངོས་  
ནས་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་གིས་བྱ་ཡུལ་ལ་ཕར་བྱས་པའི་བྱ་བ་ཡིན་མིན་ལ་ལྟོས་ཏེ་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་དང་།  
བྱེད་མེད་ལས་ཆིག་བཅས་ཀྱི་ནམ་གཞག་ཡོད་ལ། འདི་དག་གི་སྒྲོར་ཞིབ་པར་འོག་ཏུ་འཆད་རྒྱ་ཡིན།

གཉིས་པ། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་མིན་སོགས་ཀྱི་སྒྲོར་ལ་མཁས་པ་གཞན་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་བཀོད་ཅིང་དེ་ལ་དོགས་པ་  
སྒྲོར་བ་ནི། འདིའི་སྒྲོར་དེ་སྟོན་མཁས་པ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ། བྱེད་འབྲེལ་ལས་  
ཆིག་དང་། བྱེད་མེད་ལས་ཆིག་བཅས་པའི་བྱ་ཆིག་ཐམས་ཅད་དེ་བྱ་སྟོན་གཅིག་དང་དེ་བྱ་བ་གཉིས་ཀྱིས་འཐུས་པར་བྱས་  
འདུག དེ་ཡང་རི་ལྟར་ཞེ་ན། དེ་བྱ་སྟོན་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་ཡིན་མིན་ཀྱི་དེ་བྱ་སྟོན་དེ་རང་ལ་བྱེད་པའི་དབང་ཏུ་བཏང་ན། དེ་  
བ། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆིག་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆིག་གཉིས་སུ་བྱེ་ཞིང་། དེ་ལས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་  
བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་དོན་གཅིག །བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆིག་དོན་གཅིག་ཏུ་བཞེད་ཀྱིན་ཡོད་མོད།  
འདིར་རུང་ཟད་ཞིབ་ཆ་མ་མཛད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་དཔེར་བཞིན་སྐབས་སུ་ཕན་ཚུན་འཛིངས་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཞིང་རང་གིས་  
འཆད་དཀའ་བ་དང་། གཞན་ལ་ཡང་གོ་བར་འཕྲོད་དཀའ་བར་བྱས་འདུག་སྟེ།

དེ་ཡང་སྒྱུར་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་མི་དད་ཀྱི་དོན་ནི། བྱ་ཆིག་གང་ཞིག་ལ་སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་དེ།  
ལས་ཀྱི་དངོས་པོ་དང་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་ཏུ་བྱལ་མིན་གྱིས་འཛོག་དགོས་ལ་དེ་ལྟར་ཁས་ཀྱང་ལེན་གྱིན་ཡོད་མོད། བྱེད་  
འབྲེལ་ལས་ཆིག་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆིག་གི་དོན་ནི། ཐ་སྙད་འདོགས་སྒྲུངས་ལས་ཀྱང་གོང་དང་མི་མཚུངས་པར་ཤེས་  
ཐུབ་ཀྱང་། དེའི་གོ་དོན་གསལ་པོར་མི་གསུང་བར་བྱ་ཆིག་གི་དཔེར་བཞིན་འགའ་ཞིག་བཞག་སྟེ་ཡར་མར་གྱི་འབྲེལ་  
བཤད་གནང་གནང་མཐར། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་དོན་གཅིག །བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་དང་བྱེད་  
མེད་ལས་ཆིག་དོན་གཅིག་རེད་གསུང་གིན་གསུང་གིན། དཔེར་ན། ནགས་ཆ་ལ་མེ་ཡིས་ཆིག་དང་། ཉ་ཏུག་གིས་ཤི་  
ལྟ་བུ་ཁ་ཞོར་ལག་བར་ནས་བྱེད་མེད་ལས་ཆིག་ཡིན་ལ་བྱེད་པ་དང་བྱ་ཡུལ་ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆིག་འགའ་ཞིག་ཀྱང་མི་  
འདོད་བཞིན་ཏུ་འཛོར་འོང་གིན་འདུག་ལ། ད་ཏུང་རང་གིས་རང་བསད་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། བསད་ཅིས་པའི་ཆིག་འདི་  
བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་ཡིན་རུང་། སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པོ་དང་བྱ་ཡུལ་ཐ་དད་ཏུ་མེད་པའི་ཆིག་སྒྱུར་འདི་ཡང་ཐུགས་རྒྱུས་མི་  
འཛིན་ཅིང་། ཐུག་གིས་མ་ཐེག་པར་རྟོག་སྒྲུན་ལ་ལྷུང་བསྐད་མི་འདུག་གམ།

གསུམ་པ། དེ་དག་གི་སྒྲོར་ལ་རང་གི་བསམ་ཚུལ་བཞིན་པ་ནི། ཁོ་བོས་བསམས་ན། སྐབས་བབ་ཀྱི་བྱ་ཆིག་འདི་  
དག་ལ་དེ་བྱ་སྟོན་མི་འདྲ་བ་གཉིས་དང་དེ་བྱ་བ་བཞི་རུ་འབྲེད་དགོས་པར་སྒྲུང་སྟེ། བྱ་ཆིག་གང་ཞིག་ལ་སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པོ་  
དང་བྱེད་པ་གང་རུང་དེ། ལས་ཀྱི་དངོས་པོ་འཕྲ་བྱ་ཡུལ་དང་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་ཏུ་བྱལ་མིན་ལ་ལྟོས་ནས་བྱེད་ཐ་དད་  
པའི་བྱ་ཆིག་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆིག་གཉིས་སུ་དེ་བྱ་སྟོན་པ་དང་། ཡང་བྱ་ཆིག་གང་ཞིག་གི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་  
བ་རང་ངོས་ནས་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་གིས་བྱ་ཡུལ་ལ་ཕར་བྱས་པའི་བྱ་བ་དེ་གཙོ་བོར་སྟོན་མི་སྟོན་གྱི་དབང་  
གིས་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆིག་དང་། བྱེད་མེད་ལས་ཆིག་གཉིས་སུ་དེ་བྱ་སྟོན་འདུག་སྟེ།

དེ་ཡང་རི་ལྷ་རྩེ་ན། ༡༽ བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆོག་ནི། བྱ་ཆོག་གང་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་དེ། ལས་ཀྱི་དངོས་པོའམ་བྱ་ཡུལ་དང་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པ་དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆོག་གི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞིའམ་དཔེར་བརྗོད་ནི། ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་གཙོད་ལྟ་བུ། འདིའི་སྐབས་བྱེད་པོ་ཤིང་མཁན་དང་ལས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཤིང་གཉིས་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པས་ན་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པར་འཛོག་པ་ཡིན།

༢༽ བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆོག་ནི། བྱ་ཆོག་གང་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་དེ། ལས་ཀྱི་དངོས་པོའམ་བྱ་ཡུལ་དང་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་དུ་མེད་པ་དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆོག་གི་མཚན་ཉིད། མཚན་གཞིའམ་དཔེར་བརྗོད་ནི། སྤྲ་མ་གདན་ལ་བཞུགས་ལྟ་བུ། འདིའི་སྐབས་བཞུགས་མཁན་ནམ་བྱེད་པ་པོ་ཡང་སྤྲ་མ་རང་ཡིན་ལ། བཞུགས་བྱ་ཡང་སྤྲ་མ་རང་ལས་ལོགས་སུ་མེད་པས་ན་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པར་འཛོག་པ་ཡིན་ཞིང་། དེས་ན་འདི་ལ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་མི་འབྱེད་པར་ཡང་ཤེས་དགོས་སོ། །

༣༽ བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ནི། བྱ་ཆོག་གང་ཞིག་གི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་ལ་འབྲེལ་བའམ། བྱ་ལས་བྱེད་ལས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་བྱེད་ལས་སྟོན་པ་ཤས་ཆེ་བས་ན་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ཅེས་ཟེར་བ་ཡིན།

དེའི་མཚན་ཉིད་ནི། བྱ་ཆོག་གང་ཞིག་། སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་གིས་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་ནས་ཆེད་གཏད་གྱིས་བྱ་ཡུལ་ལ་ཕར་བྱས་པ་ལྟ་བུར་སྟོན་པའི་བྱ་ཆོག་དེ་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་གི་མཚན་ཉིད། འདི་ལ་མཚན་གཞིའམ་དཔེར་བརྗོད་ནི། གོང་གསལ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་གཙོད་ཅེས་པ་དེས་ཀྱང་ཆོག་པ་རེད། འོ་ན་ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་གཙོད་ལྟ་བུའི་དཔེར་བརྗོད་དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀ་ཡིན་ན། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་དོན་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་རེད་ཟེར་ན། དེ་ཡང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་མི་དད་ཀྱི་གོ་དོན་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་དེ། བྱ་ཡུལ་དང་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་དུ་བྱུབ་མིན་ཁོ་ན་ལ་དབྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་དང་། བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གི་དོན་ནི། སྐབས་ཀྱི་བྱ་ཆོག་དེས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་སྟོན་སྤངས་ལ་དབྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་སྐབས། དཔེར་ན། ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་གཙོད་ཅེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཤིང་མཁན་དང་ཤིང་གཉིས་ལ་བལྟ་རྒྱ་མ་ཡིན་པར། གཙོ་བོ་གཙོད་ཅེས་པའི་ཆོག་འདིས་བྱེད་པ་པོས་ཕར་བྱས་པའི་གཡོ་ཚུལ་དེ་སྟོན་པའི་ཆ་ནས་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ཏུ་འཛོག་གིན་ཡོད་ལ།

ད་དུང་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་ནང་དུ་ཡང་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། རང་གིས་རང་གསོད་ལྟ་བུའི་དམིགས་བསལ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་འདི་ལ་མཚན་ན། བྱེད་པོ་ཡང་རང་དང་བྱ་ཡུལ་ཡང་རང་ལས་ལོགས་སུ་མེད་པས་ན་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་དང་། གསོད་ཅེས་པའི་ཆོག་འདི་བྱ་ཆོག་རང་ངོས་ནས་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ཡིན་པ་ནི་ཡོངས་གྲགས་རེད། དེས་ན་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་དང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་འདོད་ན་མི་འཐད་པ་



ཡིན་ནོ།

༤། བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ནི། བྱ་ཆོག་གང་ཞིག་གི་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་ལ་དངོས་སུ་སྒྲོས་པ་མེད་པར་བྱ་ཡུལ་རང་དོས་ནས་ངང་གིས་འགྲུབ་པ་ལྟ་བུར་སྒྲོན་པ་འཕམ། བྱ་ཆོག་གང་ཞིག་ལ་བྱ་ཡུལ་ལས་ཐ་དད་པའི་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་དངོས་སུ་མེད་སྟབས། བྱ་ལས་བྱེད་ལས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་བྱེད་ལས་གཙོ་བོར་སྒྲོན་གྱིན་མེད་པས་ན་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ཟེར་བ་ཡིན།

དེའི་མཆན་ཉིད་ནི། བྱ་ཆོག་གང་ཞིག་། སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་བྱ་ཡུལ་རང་དོས་ནས་ངང་གིས་འགྲུབ་པ་ལྟ་བུར་སྒྲོན་པ་འཕམ། སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་གིས་བྱ་ཡུལ་ལ་ཐར་བྱ་བ་བྱས་པར་མི་སྒྲོན་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་བྱ་ཆོག་དེ་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གི་མཆན་ཉིད།

མཆན་གཞིའམ་དཔེར་བཞིན་ནི། ཞོང་གསལ་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་སྐབས་ཀྱི་སྒྲ་མ་གདན་ལ་བཞུགས་ཞེས་པ་དེས་ཀྱང་ཆོག་པ་རེད། འོ་ན་སྒྲ་མ་གདན་ལ་བཞུགས་ལྟ་བུའི་དཔེར་བཞིན་འདི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀ་ཡིན་ན། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་དོན་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་རེད་ཟེར་ན། དེ་ཡང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་ཡིན་མིན་ནི་སྒྲ་མ་གདན་ལ་བཞུགས་ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་གང་བཞུགས་བྱ་དང་བཞུགས་བྱེད་ཐ་དད་ཏུ་གྲུབ་མིན་ལ་དབྱེད་དགོས་ཤིང་། བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ཡིན་མིན་ནི་དེ་སྐབས་བཞུགས་བྱ་བཞུགས་བྱེད་ལ་དབྱེད་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་བཞུགས་པའི་བྱ་བ་དེ་རང་ལ་དབྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་རེད། དེས་ན་བཞུགས་ཞེས་པའི་བྱ་ཆོག་འདི་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི། སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་ངང་གིས་འགྲུབ་པ་ལྟ་བུར་མི་སྒྲོན་ཡང་། འདིའི་སྐབས་བྱེད་པོ་དང་བྱ་ཡུལ་ཐ་དད་ཏུ་མེད་སྟབས། བྱ་ཡུལ་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་པོ་ཞིག་གིས་བྱ་ཡུལ་ལ་ཐར་བྱ་བ་བྱས་པར་སྒྲོན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ཏུ་བཞག་པ་རེད་འདུག་སྟུམ།

ད་དུང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆོག་གི་ནང་དུ་ཡང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཉག་ས་ཆལ་མེ་ཡིས་ཆོག་ལྟ་བུའི་དཔེར་བཞིན་འདི་ལ་མཆན་ན། གང་འཆོག་བྱའི་ནགས་ཆལ་དང་འཆོག་བྱེད་གྱི་མེ་གཉིས་ཐ་དད་ཏུ་ཡོད་པས་ན་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆོག་ཡིན་པར་སྒྲོས་མེད་རེད་ལ། ཆོག་ཅེས་པའི་བྱ་ཆོག་འདི་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ཡིན་ཏེ། སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་བྱ་ཡུལ་རང་དོས་ནས་ངང་གིས་འགྲུབ་པ་ལྟ་བུའི་འཕྲོ་འགྲུར་སྒྲོན་པའི་བྱ་ཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར། དེས་ན་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་འདི་ལ་ཡང་ཞིབ་པར་དབྱེད་ན། བྱ་ཡུལ་གྱི་འཕྲོ་འགྲུར་ཁོ་ན་སྒྲོན་པའི་བྱ་ཆོག་གི་རིགས་ཤིག་དང་། བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་གིས་བྱ་ཡུལ་ལ་ཐར་བྱ་བ་བྱས་པར་སྒྲོན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གི་རིགས་ཤིག་སྟེ་ནང་གསེས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་དོ།

མདོར་བསྟན་ཏེ་འཆད་ན། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱ་ཆོག་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གཉིས་སུ་བཞི་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆོག་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀྱང་སུ་བཞི་ཡིན། དེ་ལས་སུ་བཞི་དང་པོ་ནི། དཔེར་ན། དག་མཁར་མེ་ཡིས་ཆོག་ལྟ་བུ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ལ་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་མ་ཡིན་པའི་སུ་དང་། རང་

གིས་རང་བསད་ལྟ་བུ་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ཡིན་ལ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྟེ། ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་བཅད་ལྟ་  
བུ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྟེ། སྒྲ་མ་གདན་ལ་བཞུགས་ལྟ་བུ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་  
དང་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྟེ། ཡིན་ལོ།

སྟེ་བཞི་གཉིས་པ་ནི། དཔེར་ན། རང་གིས་རང་བསད་ལྟ་བུ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ལ་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་མ་  
ཡིན་པའི་སྟེ་དང་། དགྲ་མཁར་མེ་ཡིས་ཆོག་ལྟ་བུ་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ཡིན་ལ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྟེ། སྒྲ་  
མ་གདན་ལ་བཞུགས་ལྟ་བུ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྟེ། ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་  
གཅོད་ལྟ་བུ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་སྟེ། ཡིན་ལོ།

ད་དུང་གཅིག་བཤད་ན། འདི་དག་གི་ནམ་གཞག་ལེགས་པར་རྟོགས་ན་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་ཡོད་  
པའི་བྱ་ཆོག་གང་དང་གང་ལ་བྱེད་སྒྲ་ཐོབ་མི་འཐོབ་ཀྱི་གནད་དེ་ཡང་ཤེས་འོང་། དེ་ཡང་རི་ལྟར་ཞེ་ན། སྦྱིར་བྱ་ཆོག་  
གང་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་དངོས་སུ་ཡོད་ན་དེ་ལ་བྱེད་སྒྲའི་ཕྱད་འཐོབ་ཀྱིན་ཡོད་མོད། དེ་  
གཉིས་གང་རུང་དངོས་སུ་ཡོད་རུང་བྱེད་སྒྲའི་ཕྱད་ཐོབ་པའི་ངས་པ་མེད་དེ། དཔེར་ན། ང་ཚོམ་ལ་འགྲོ་དང་། སྒྲ་མ་  
གདན་ལ་བཞུགས་ལྟ་བུ་ཡིན། འདིའི་སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པོ་དང་བྱ་ཡུལ་གཉིས་ངོ་ཤོ་གཅིག་ཡིན་པས་བྱ་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་  
བྱེད་པོ་ཞིག་གིས་བྱ་ཡུལ་ལ་པར་བྱ་བ་བྱས་པར་མི་སྟོན་པ་དང་། བྱ་བ་དེ་རང་ངོས་ནས་ཀྱང་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་  
རུང་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བའམ་བྱེད་ལས་གཅོ་བོར་སྟོན་པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་འདི་གཉིས་ཀྱིས། སྐབས་ཀྱི་བྱ་ཆོག་དེ་  
བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀ་ཡིན་ན་དེ་ལ་བྱེད་སྒྲའི་ཕྱད་མི་འཐོབ་པ་རེད་འདུག་སྟེ།

འོན་རང་གིས་རང་གསད་ལྟ་བུའི་ཆོག་སྦྱར་འདི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཡང་བྱེད་སྒྲ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཆན་  
གང་ཡིན་ཟེར་ན། ཆོག་སྦྱར་འདིའི་སྐབས་བྱ་ཡུལ་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་པོ་ཞིག་མེད་ཀྱང་། གསད་ཅེས་པའི་བྱ་ཆོག་  
འདི་བྱ་ཆོག་རང་ངོས་ནས་བྱེད་འབྲེལ་ལས་ཆོག་ཡིན་སྐབས། བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་གིས་བྱ་ཡུལ་ལ་ཆེད་གཏད་  
གིས་བྱ་བ་བྱས་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་ཡིན་པས་ན་བྱེད་སྒྲ་ཐོབ་པ་རེད་འདུག་ལ།

ཡང་དགྲ་མཁར་མེ་ཡིས་ཆོག་ཅེས་པ་འདི་བྱ་ཆོག་རང་ངོས་ནས་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་ཡིན་ཡང་། འདི་ལ་བྱེད་  
སྒྲ་འཐོབ་དོན་ནི། ཆོག་སྦྱར་འདིའི་སྐབས་སུ་བྱ་ཡུལ་ལས་ཐ་དད་པའི་བྱེད་པ་ཞིག་གིས་བྱ་ཡུལ་ལ་པར་བྱ་བ་བྱས་པ་  
ལྟར་སྟོན་གྱིན་ཡོད་པས་ན་བྱེད་སྒྲ་ཐོབ་པ་རེད།

དེ་ཡང་མདོར་ན་བྱ་ཆོག་གང་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་རུང་དངོས་སུ་ཡོད་མེད་གང་ཡིན་  
ཡང་ཆོག་སྦྱར་དེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀ་ཡིན་ན་དེའི་སྐབས་བྱེད་སྒྲ་མི་འཐོབ་པ་ཡིན་  
ལ། བྱ་ཆོག་གང་ཞིག་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་བྱེད་མེད་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་ཞིང་། བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གང་  
རུང་དངོས་སུ་ཡོད་ན་དེ་ལ་བྱེད་སྒྲ་འཐོབ་ངས་ཡིན་ལོ།

## ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ།

དུང་བྱ་ཆེ་དབང་། • ཆབ་མདོ་རི་པོ་ཆེ།

## གཅིག

མཚན་མོ་དེ་ཅི་འདྲའི་རིང་པོ་ཞིག་རེད་ཨང་། ད་གཞི་ནས་ནམ་གསལ་ཙམ་བྱུང་། འོན་ཀྱང་ཉི་འོད་ནི་དེ་འདྲའི་གསལ་  
 རྒྱ་མི་འདུག ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མས་གོ་གཞུས་ཤིག་ཟེ་ཞོར་རང་གི་ཨ་པ་ལ་ཁ་པར་བཏང་། ཁ་པར་གཏོང་ཞོར་རྒྱང་ས་འཁོར་  
 གྱི་དོས་ཁེབས་ངོས་སུ་ལྷུང་བའི་ཁྱེད་ཀྱི་གཡས་མཐུ་བ་ཀྱིས་བསྐྱད་བསྐྱད་བྱས་ཏེ་བྱི་རོལ་གྱི་མི་ཚོགས་ལ་ལྟ་ཙམ་  
 བྱས། ཁྱེད་ཀྱི་གསུམ་མ་དེའི་ནང་དུ་འཁོར་བའི་མི་ཚོགས་ནི་མོས་དེ་སྟོན་མཐོང་ཡང་མ་ཐོང་བ་རྒྱུ་རྒྱུ་རེད། དེ་  
 དག་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཡིན་དུ་རྒྱུག ཨ་པ་ལ་བདེ་མོ་བཞག་རྗེས་ཁ་པར་གྱི་སྒྲོ་གཏན་ཞིང་སྒྲོ་ཁྱུག་ཏུ་བསྐྱུས། ཟེ་བཞིན་  
 པའི་གོ་གཞུས་ཤིག་ཀྱིས་མི་དེ་ཞོར་རང་མར་འབྱུགས་པོ་ཁམ་བྱ་གསུམ་བཏུང་མར་བཏུང་། དེས་སྟོན་སྒྲོང་བྱས་ཏེ་མོ་ལ་  
 སྒྲོ་བྱར་དུ་འདར་སེལ་ཞིག་བརྒྱབ་ཅིང་། གཅིན་པའང་ནི་ཁོ་མོ་དང་བཅས་པའི་མི་ཚོགས་འདི་རི་བཞིན། གཅིན་སྒྲོ་  
 བ་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གིས་འཆོར་ཆས་འཆོར་ཆས་བྱེད། མོས་མཚུ་ཏོ་དམར་རིག་རིག་དེ་འབྲིད་ཙམ་དང་། རྒྱབ་སྒྲུབ་དེ་  
 ལག་པས་ཤད་ཙམ་བྱས་ཤིང་། ཁ་སང་ཉོས་པའི་ཉི་ཞུ་དེའང་སྟུན་ཕྱོགས་ན་འཐེན་ཙམ་བྱས་ཏེ་རྒྱང་ས་འཁོར་གྱི་བྱི་ས་  
 ནས་མར་བབས།

མོ་རང་ཐང་དུ་བབས་པ་དང་གསལ་རྒྱ་མེད་པའི་ཉི་འོད་སྒྱུ་བོ་དེའང་ཐང་ཀར་གཏོང་ལ་འཕྲོས་པས། ད་  
 གཞོད་མོས་ཁ་རས་གོན་མེད་པ་དྲན་ཞིང་དེ་མ་ཐག་ལག་པ་སྒྲོ་ཁྱུག་ཏུ་བསྐྱར་ཙམ་གྱིས། མཐེལ་དུ་བཀྲ་ཤིས་བདེ་  
 ལེགས་ཞེས་ཡིག་འབྲུ་བཞི་བྲིས་འདུག་པའི་ཁ་རས་ནག་པོ་ཞིག་རྒྱང་ས་ནས་ཐོན། མོ་རང་ཡིན་རྒྱུ་གཅིན་པ་གཏོང་དུ་  
 རྒྱང་ས་འཁོར་ལས་བབས་པ་ཡིན་མོད། གཅིན་པ་བཏང་ན་འཚམ་པའི་ས་མིག་ལག་པོ་ཞིག་གང་དུ་འང་མི་འདུག མོ་ཁ་  
 རོག་ཡིན་པ་ལྟ་བུས་ལམ་གྱི་གཡས་གཡོན་གང་སར་བྱིན་ཀྱང་ངོ་མ་ས་མིག་ལག་པོ་ཞིག་རྟེན་མ་བྱུང་། མོས་ལྟ་ཕྱོགས་  
 ཤིག་གིས་ཤུག་རྒྱུང་ཞིག་གི་པག་ནས་བྱུང་མེད་ཞིག་བྱི་རྒྱགས་བཅས་ནས་བསྐྱད་འདུག་པ་རིག་མོ་ལ་ནི་དོགས་སྣང་  
 དང་མི་བདེ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པར་རས་གོས་ཀྱི་ཕྱ་བའི་གཡས་འགྲམ་ནས་ལག་ཡ་ནང་དུ་བསྐྱར་ཏེ་གཅིན་པ་སྟོད་མོ་  
 བྱས་ཏེ་གཏོང་གིན་འདུག ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་ལ་ད་གཞོད་འཁྱོད་པ་སྦྱེས། རང་གིས་ལ། «ད་ནི་སྟུག་ཐོང་རེད། ས་མས་  
 བོད་ལྷ་གོན་པར་སྐྱུལ་ན་བདེ་མོ་མི་འདུག་ཅེས་ཅི་འདྲའི་རྣམ་འཛུལ་ཞིག་མ་བསྟན། ཨེ། ད་ནང་ནམ་མ་གསལ་གོང་

ནས་གཅིན་པ་བཏང་ཡོད་ཆུ་ན་ཅི་མ་རུང་། འོན་ཀྱང་འདི་ན་མདང་མཆན་མོར་ཐོན་པ་ཡིན་སྟབས་ན་མ་མ་གསལ་བར་ས་བཅོག་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་སྟུག་ཤིག། ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་ལ་འགྲོད་པ་བཅེགས་མ་ཞིག་སྟེ། ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་འི་སྤྱོད་པོ་རྩི་རྩེ་དང་། ལུ་བོ་དབང་ཆེན། ཆོ་མར། ད་དུང་ས་སྐང་གྲོང་ཆོའི་དོན་གྱུ་བ་བཟང་པོ། དཔལ་ལྷན་སོགས་ཀྱང་ས་རྩལ་འཆུབ་པའི་མཁའ་དབྱགས་སྟུག་པོ་དེ་འཛིབ་ཀྱིན། ཉེན་རྟོག་པས་འཕྱུལ་རིགས་འགོག་ཆེད་བཙུགས་པའི་ཡོག་ཁྲ་ཡོད་ས་ནས་རྒྱངས་འཁོར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་མར་ལ་འོང་གིན་འདུག ཁོང་ཆོ་དང་འདྲ་བའི་ས་སྐང་གྲོང་ཆོའི་སྟེ་ཕོ་ཕོ་མང་པོ་ཞིག་དང་། ཡང་དེ་དག་འདྲ་བའི་དབྱར་རྩྱ་རེ་ནས་འོངས་པའི་རོ་མི་ཤེས་པའི་རོང་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་ལྷེ་མང་པོ་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་མར་ལ་འོང་གིན་འདུག ཁོ་ཆོའི་རོ་གདོང་ནི་སྤེད་པ་དང་གཡོ་ཆུ་འདྲ་བའི་མདོག་ཁ་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་གིས་ཡོངས་སུ་བཏུམ་སྟེ། ཕན་ཚུན་ལ་ཅི་ཞིག་ཤལ་ཤལ་གྱིས་འཆད་ཞོར་ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་དང་རང་རང་གི་རྒྱངས་འཁོར་ཕྱོགས་སུ་འདྲར་མ་འདྲར་ཆུག་གིས་མར་ལ་འོང་གིན་འདུག ད་ནི་ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་བྱ་ཐབས་ཡོངས་སུ་ཟད། ས་སྐང་གྲོང་ཆོའི་བྱ་ཕོ་ཞིག་ལ་མོའི་གཅིན་པ་གཏོང་ས་མི་རྙེད་པའི་དཀའ་ཁག་དེ་བཤད་མོད། བྱ་ཕོ་དེས་ཀྱང་མོ་དང་འདྲ་བར་ལུང་པ་གང་ཆུར་བཤད་བྱུང་།

«ད་གཅིན་བསན་བྱེད་པ་ལས་ཐབས་ཤེས་མི་འདུག འབྲུ་སྐར་རྒྱག་ས་ཡང་འདི་ལས་ཐག་རིང་པོ་ཞིག་མིན་པས་རུང་ཨི་མི་དྲག།»

«ཨ་ཡོ། ས་ངན་འདི་ན་གཅིན་པ་གཏོང་ས་ཞིག་ཀྱང་མི་འདུག།»

«རོ་མ་དེ་རང་རེད། ས་ངན་ས་སྟུག་འདི།»

«ཨ་ཅེ། རྩི་རྩེ་འུ་གཉིས་འཕྱུལ་རྩི་ཞོན་ནས་སྤོན་དུ་འགོ་ཐབས་གྱིས་ལ་སྐར་འདེབས་སའི་ས་ཞིག་བདག་པོ་རྒྱག་ཨི་ཐུབ་ལྟོས་ཤོག་ཟེར།»

«ཨི?» ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་དགའ་ཐག་ཆོད། མོས་ད་ནི་ལམ་ཁ་ནས་ས་བདེ་མོ་ཞིག་བཅའ་ཏེ་གཅིན་པ་སྟོད་མོ་ཞིག་གཏོང་ཆོག་པར་སྟུམ་ཞིང་། གད་ལྷག་དང་ནགས་གསེང་སོགས་ས་མིག་སྦྱིད་པོ་དག་ན་གཅིན་པ་གཏོང་བའི་ཚུལ་ནུས་ཡིད་ལ་ཡང་ཡང་འཁོར། ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མས་འགྲམ་གྱི་བྱ་ཕོ་དེར་བདེ་མོ་ལབ་རྩིས་རང་གི་ལུ་བོ་དབང་ཆེན་ལ་འཐམ་ཞོར་འཕྱུལ་རྩི་གར་ཡོད་འདྲི་བཞིན་ཕྱིན།

འོན་ཏེ། ཡོད་ཆད་མོས་བསམ་པ་ལྟར་བདེ་མོ་ཞིག་གང་ནས་ཡིན། འཕྱུལ་རྩི་གཏོང་མཁན་དང་རྒྱངས་འཁོར་གཏོང་མཁན་དག་གིས་འགགས་སྟོན་སྟར་ཕྱིང་ཕྱིང་ཞིག་བསྒྲིགས་ཆར་འདུག མིང་སྲིང་གཉིས་གྱིས་ཀྱང་དེ་དག་གི་མཆོམས་ནས་གཤལ་བསྒྲིགས། ཉེན་རྟོག་པ་དེ་ཆོས་རེ་རེ་བཞིན་འབྲུ་འཛིན་ཡོད་མེད། ས་ཕྱོགས་གང་ནས་ཡིན་མིན་སོགས་ལ་རྩད་ཞིབ་བགྱིས་ཏེ་ཁོ་གཉིས་འགགས་སྟོན་ལས་ཐར་བའི་བར་དུ་མ་མཐའ་ཡང་སྐར་མ15ཙམ་འགོར་སོང་།

### གཉིས།

ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མས་ད་དུང་གཅིན་པ་གཏོང་མ་ཐུབ། ད་གཅིན་སྐང་མ་ཆད་སྟེད་སྟོར་དང་ཆུ་ཞབས་སོགས་ཀྱང་ན་བྱག་

དག་པོ་ཞིག་གིས་བཟུང་།

«ཁྱིམ་ཅུང་ཐོན་དང་། ད་ནི་འབྲུ་སྒྲར་རྒྱུ་ས་ལ་ཐོན་རན་རེད། གལ་ཏེ་འབྲུ་གཉིས་ཀྱིས་མི་མང་པོ་ཞིག་སྡོན་  
དུ་ཤོར་ཆེ་འུ་ཆོས་འབྲུ་སྒྲར་རྒྱུ་སའི་ས་ཡག་པོ་ཞིག་རྟེན་རྒྱ་མ་རེད། འདི་ངས་མ་བཤད་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་ལོས་ཤེས།»

ལོས་ཤེས། མ་སྡུ་མ་འབྲིས་ཆོས་ ༠༩ ཡི་དགོང་མོར་འབྲུ་ཤོད་དམ་བགག་སྒོ་རུ་ཡོང་དོན་ཡང་འབྲུ་སྒྲར་རྒྱུ་  
ས་ན་སྒྲེར་གྱི་ས་མིག་ཡག་པོ་འཐོབ་ཆེད་མིན་ནམ། ཉམ་རེའི་ཟླ་ ༠༥ པའི་ཆེས་ ༠༥ ཉིན་ནི་ས་གནས་འདིའི་འབྲུ་  
ཁྲིམས་གྲོལ་བའི་དུས་ཡིན་པས་ས་གནས་ཀྱི་འབྲུ་ཤོད་མང་པོ་ཞིག་འདི་ན་འདུས་ཡོང་། འོན་ཀྱང་ད་ནི་བསྐྱུན་ཡུན་  
རིང་ན་གཅིན་སྒྲུང་འགད་སྲིད་མིན་མི་ཤེས་ཀྱང་། གཅིན་པ་ནི་ཐེ་ཆོམ་མི་དགོས་པར་འཆོར་བར་ངས། མོ་ལྷ་བྱའི་རང་  
ལོ་<sup>18</sup>ཅན་གྱི་གསར་མོ་ཞིག་གིས་ཉིན་མ་དཀར་ལ་གཅིན་པ་དོར་མའི་ནང་དུ་གཏོང་སྟེ་ལོ་ཞིག་གང་ནས་ཡོད། ད་ནི་མོ་  
རང་ངོ་མ་ཐབས་ཟད་ཡག་རེད་སོང་།

«འདི་ཕྱག་དེ་ཁྱིམ་འཕྲུལ་རྟ་མི་བགག་ན་ང་ལྷིང་རྒྱ་ཡིན། བ་འབྲུམ།»

ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མས་སྡུན་གྱི་རུ་བོ་ལ་ཤ་གཙུག་ཏུ་མ་པོ་ཞིག་བྱས། རུ་བོས་ན་རྒྱག་དེ་མ་བཟོད་པར་ཅི་རིང་དག་  
པོ་ཞིག་འདེབས་ཞོར་འཕྲུལ་རྟ་རེ་དལ་དུ་བཏང་།

མོ་འཕྲུལ་རྟ་ལས་བབས་མ་ཐག་ལག་གིས་དོར་མའི་ཁ་འདིག་འགྲོལ་ཞོར་ཏིག་རྒྱུག་ཅིག་གིས་ས་ཕྱང་ཞིག་  
གི་ཁུད་དུ་བརྒྱགས། ཚུལ་དེས་རུ་བོར་ཁོང་དགོད་ཞིག་བསྐྱངས་མོད། འཕྲུལ་རྟ་མང་པོ་ཞིག་མདའ་འཕངས་པ་ལྟར་  
ཤར་ཤར་གྱིས་འགྲོ་བས་ཁོ་ལ་བྲེལ་བ་ཆ་མོ་ཞིག་ཀྱང་ལངས་བྱུང་། ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མས་ནི་ཡར་ལྷ་མར་ལྷ་ཅམ་ཡང་བྱེད་  
ཁོམ་མ་བྱུང་བར་ས་ལ་མར་འདུག་ཞོར་ཁོ་མོའི་དཀར་ཁིང་མཁུང་པའི་བརྒྱ་གདོང་ནས་དོར་མ་མར་དེད། གཅིན་པ་  
ཤག་སེར་བཏང་། གཅིན་སྒྲུང་དང་མཆན་སྒོ་བརྒྱད་བདེ་སྒྲུང་ཞིག་ལུས་སྒྲུང་དང་ལུས་སྒོད་ཀྱན་ཏུ་བྱུག་ལུས་ཀྱི་ཅ་  
ལམ་གང་སར་བསེལ་རྒྱུ་དགོས། འདར་སེལ་ཞིག་ཀྱང་བརྒྱབ། གཅིན་ཟེགས་དག་ཕྱོགས་སུ་ཐོར། སྐམ་གྲོང་གི་ས་རྩོད་  
དག་བརྒྱན་ཤིག་ཤིག་ཏུ་བརྒྱུར། མོས་»ཕོ་རེ་མེད་ཞིག་རེ་བ་ལས། གཅིན་ཤག་སྒྲུ་ཆེལ་ལེར་བཏང་བས་དགའ་»ཞེས་པའི་  
གསར་མོའི་ཁྲམ་གཏམ་དེ་དཔེ་ཞིང་ཁོང་དགོད་ཞིག་ཀྱང་ཤོར།

### གསུམ།

མིང་སྲིང་གཉིས་འབྲུ་སྒྲར་རྒྱུ་ས་ན་ཐོན་དུས་མི་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཐོན་ཟིན་ཏེ། ཁོ་ཆོས་རྩོད་དང་སྒོ་ཐོས་རང་རང་གི་  
སྒྲར་འདེབས་སའི་ས་མིག་རེ་སྒོར་གྱིན་འདུག་ཁོ་གཉིས་དང་། ཁོ་གཉིས་དང་འབྲུ་བའི་ཕྱིས་འབྲོར་གྱི་མི་མང་པོ་ཞིག་  
ཀྱང་ཡར་རྒྱུག་མར་རྒྱུག་མང་པོ་ཞིག་བྱས་ནའང་ངོ་མ་ས་མིག་ཡག་པོ་ཞིག་རྟེན་མ་བྱུང་།

མཐར་ཆུ་འགམ་དེ་ན་སྒྲུང་ལེབ་ཐབས་ཆགས་ཤིག་འདུག་པ་དེ་རུ་ཡེ་ཤེས་སྒྲོལ་མ་དང་མོའི་རུ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་  
སྒྲར་ས་འདྲིན་ཁྲུལ་བྱས།



## ཤེས་རབ་ཉི་མ་དང་དཔེ་སྟོན་དང་ལྷ་གསུམ།

འོད་དཀར་ཅན།

༡༽ དེ་རིང་ཞོགས་པ་མདང་རུབ་ཉལ་བྱི་བས་སྒྲོའི་སྟོབ་ཐུན་གྱི་འཁར་རྩེ་སྒྲ་མ་གྲག་གི་བར་གཉིད་ཤོར། སྟོ་བྱར་དུ་  
ནམ་རྒྱན་ལྟར་བྱང་ཆ་ལྡན་པའི་ངང་གྱོན་པ་ནམས་མཁྱེགས་གྱོན་དང་། ཞོགས་ཟས་ལ་རེ་བ་འདྲིལ་པའང་བསྐྱར་ནས་  
སྟོབ་ཆན་ལ་སོང་། ལྷ་ཁང་ནང་ལ་སླེབས་སྐབས་ཆོས་རིམ་དབྱེ་བ་བྱུང་ཆར་ལ། གྲུས་མིན་གཡོ་མིན་གྱི་ཕྱག་གསུམ་  
བཅའ་ནས་རང་ས་རུ་སྒར་བཞིན་བདེ་བར་བསྐྱད། དེ་ནས་གདོན་བྱ་ནམས་སྐབས་རེར་དད་མོས་གྱི་དམིགས་འདུན་  
རེ་དང་སྐབས་རེར་གཏད་བྲལ་གྱི་ཁ་གཡེང་མིག་གཡེང་གི་ལམ་ནས་ཆང་ལ་མ་ཆང་བར་བཏོན། རྒྱན་ལྡན་ལྟར་དཔེ་  
བྲིད་འགོར་ཁ་རྒྱགས་ཤིག་ལེན་སྲིད་པ་དེ་མང་པོའི་གྲལ་ནས་གཅིག་གཉིས་ཤིག་ཤོག་དེའི་འཕེན་བཞིན་ཡོད་པས་  
ཤེས་རབ་ཉི་མ་འབབ་ཡོང་བསམ་པའི་དོགས་སྐྱེ་ཀྱང་དེ་ཅུ་མེད།

མ་གཞི་ནས་ཤེས་རབ་ཉི་མ་གྲུ་བ་བྱེད་སའི་དགོན་པ་འདི་ལ་ལོ་ངོ་ཉིས་བརྒྱ་མ་ཟིན་ཅུ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ལ།  
ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་ཏུ་ས་ཆ་གཞན་ནས་བསྐྱེད་པའི་དམ་པའི་སྐྱེས་ཆེན་དང་། མཁས་པ་ཆེན་པོ་རེ་བཞུགས་སྐྱོང་ཡང་། ལུང་  
པའི་ཆགས་སྟོགས་སམ། མི་ཆོགས་གྱི་ཁ་སྟོགས་གྱི་དབང་གིས་གནས་དེར་རིག་གནས་ལ་དུངས་ཞེན་གྱི་འདུ་ཤེས་ཏ་  
ཅང་སྟོབས། ད་ལྟའི་སྟོབ་གཉེར་བ་དག་ཀྱང་སྟོབ་སྟོང་ལ་དེ་ཅུ་རིག་པ་སྐྱིམ་བཞིན་མེད་ལ། ཤེས་རབ་ཉི་མས་ཀྱང་  
ནམ་རྒྱན་གྲུ་བ་ཡག་པོ་ཞིག་ཆར་ན་བསམ་པའི་རྒྱ་འབྲས་རྒྱུན་གསུམ་ལ་འདང་མ་བརྒྱབ་པའི་བསམ་སྟོན་ལྟ་བུ་བདེ་  
ཞིག་གི་ངང་། དཔེ་བྲིད་སོགས་ཐམས་ཅད་གྱི་སྐབས་སུ་ཉིན་རེའི་སྟོབ་ཆན་གྱི་གཞུང་དོན་ཆོག་འགྲེལ་བཟུང་ཅུ་ཅེ་  
གོ་ལྟ་བུ་ལས། སྤྱི་ཁོག་དང་སྤྱོད་དོན། བརྗོད་བྱ་དང་བརྗོད་བྱེད་སོགས་ཞིབ་ཆ་གཏན་ནས་ཞེ་ཤེས་ལྟ་བཞིན་མེད། ད་  
སྐབས་ཤེས་རབ་ཉི་མར་མཆོན་ན་ཆོག་འགྲེལ་ཅུ་ཅེ་དེ་དང་ཐ་ན་ལྷ་བ་གཅིག་ལ་ཤེས་བྱ་སྒྲ་གཅིག་མ་ཤེས་རུང་། ཞེ་  
འགྱུར་དང་སྟོན་དོགས་ཤིག་གཏན་ནས་སྐྱེ་མི་སྲིད་པ་རེད།

དཔེ་བྲིད་ཡར་འཛོགས་ནས་དུས་ཆོད་བྱེད་གསུམ་ཅུ་ཅེད་ཡོད་པས་མར་གྲོལ་སྐབས་སྟོབ་བཀའ་ཡོད་པ་  
སྟོབ་མེད་ཡིན་ལ། གང་ལྟར་བསྟོན་ཆར་རྩེ་ལྷ་ཁང་གི་སྟོ་ཆེན་བརྒྱད་ཨར་འདམ་གྱི་སྐས་འདྲིལ་དེ་ཆོ་ནས་སྐད་  
ཅིག་ཉིད་ལ་རང་གི་སྤྱི་ལོ་རུ་བསྐྱེབས། ཉི་མ་ཏ་ལམ་ཉིན་གྱང་ལ་སྟོབ་ཉི་ཡོད་ཀྱང་ཤེས་རབ་ཉི་མས་ཞོགས་པའི་ཁ་  
ལག་བཀྲ་བའི་ཁྱུང་དང་ཞོགས་ཟས་ནམས་གཞི་ནས་སོ་མ་སྟོད་བཞིན་ཡོད། འདི་ནི་ལོ་ན་བཅོ་བརྒྱད་ལ་སོན་པའི་ན་  
གཞོན་ཞིག་གི་རྒྱན་ལྡན་གྱི་འཆོ་བ་ཡིན།

དེ་ནས་ངོ་བོ་ཟུང་ཆར་རྒྱལ་ཁ་པར་གྱི་སྤྱ་དབྱངས་ཉག་ཉག་དེ་ཆོ་གསེད་བཞིན་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཐབས་བྱེད་  
པའམ། ཡང་ན་མཆོད་པོ་དག་དང་ཁ་མཆར་ཀུ་རེ་ཡི་བར་ནས་ཉི་མ་འཁྱོལ་ཐབས་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཡང་སྐབས་ལ་ལ་  
དག་ཏུ་དགོན་པའི་སྒྲིག་ལམ་སྟེ། འདོན་བྱ་དང་སྒྲུང་དཔེ་སྤྱན་ནམས་འཛོགས་ཀྱིན་ཡོད་ལ། སྐབས་དེ་དག་ཏུ་ཤེས་  
རབ་ཉི་མ་ལ་དམིགས་ཡུལ་དང་འདུན་བཙོན་གང་ཡང་མེད་རུང་སྒྲིག་ལམ་ནི་སྒྲིག་ལམ་རང་སྟེ། དགོན་པའི་སྒྲིག་གཞི་  
ཙམ་གྱི་ཆོད་དུ་ལམ་སྤྱན་དར་སྒྲོད་ཀྱིན་ཡོད། མ་གཞི་ཤེས་རབ་ཉི་མ་དགོན་པའི་སྒྲིག་གཞི་ལས་གཏན་ནས་འགལ་  
ཚུང་མེད་ལ་འགལ་བསམ་པའང་མེད། འཇམ་སྤྱིང་སྟེང་གི་ཆེས་ཆུང་བའི་ཁྱུང་པོ་ནི་ལས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལས་རྒྱ་མེད་  
པ་དེ་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟར། སྐབས་རེ་ཤེས་རབ་ཉི་མའང་འགན་འཁུལ་བོར་བའི་བླ་ཉལ་གྱི་འཛོལ་བ་དེ་ལའང་སྤྱན་ཀྱིན་ཡོད།

ལོ་རྒྱུ་འདི་དག་ཏུ་ཤེས་རབ་ཉི་མས་རྒྱུར་རིང་གི་སྤྲུགས་བསམ་དང་མིག་སྒར་གྱི་མདུན་ལམ་སོགས་ཅི་ཡང་  
མཐོང་བ་དང་ཅི་ཡང་ངེས་བཞིན་མེད་ལ། བ་ན་རང་གིས་རང་ཡང་གསལ་བར་མཐོང་གི་མེད། མ་གཞི་དེ་དག་ལ་  
སེམས་ཆོགས་བྱེད་འདོད་ཀྱང་མེད་པར་ནམ་རྒྱུན་རང་གིས་རང་ལ་སེམས་པ་གསོ་བྱེད་ཀྱི་བསམ་བློ་གཏོང་སྤངས་ཤིག་  
ཡོད་པ་ནི། ནམ་གསལ་ན་ཉི་མ་ཤར་ཡོང་བར་འདོད་པ་དེའོ།

སྟོན་མཆོག་གི་དགོང་མོ་ཞིག་ལ་ཤེས་རབ་ཉི་མས་དགོན་འདབས་ཀྱི་དབེན་མཐའ་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱར་  
སྐར་ཆོགས་ཀྱིས་གཏམས་པའི་མཐའ་དབྱིངས་ལ་གཅེར་གྱིན་ཟོར་བའི་དབྱིབས་ཅན་གྱི་སྒྲ་བ་ལ་བལྟས་ནས། གང་ཞིག་  
དན་པའི་ན་བྲག་དང་། སུ་ཞིག་དང་གྲུས་པའི་གདུང་བས་མནར་བའི་ཉམས་ཀྱིས་སྒྲུ་ཆལ་མཐན་པའི་སྟན་ངག་གིས་བ་  
བཞིན། སྤྱིང་གཏམ་ཡོད་ཆད་སྒྲ་དབྱངས་དང་བསྟོངས་ནས་ཁེར་རྒྱུད་གི་མཆོན་མོར་རྒྱུང་ལ་བསྐྱར་གྱིན་ཡོད། འདི་ནི་  
ཤེས་རབ་ཉི་མའི་རྟོག་བཏགས་ཀྱི་ལྷན་པའི་འབྲུལ་སྒྲུང་ངོ་མ་ཞིག་རྟེ། ཤེས་རབ་ཉི་མ་སྐྱེས་ནས་བཟུང་སུ་ཞིག་དང་ཁ་  
བྲལ་བའི་གྲུས་བྲལ་གྱི་ཚྱུང་བ་དེ་མགོ་ཐོག་ལ་ཡོང་མ་ཚྱུང་ལ། གང་ཞིག་ས་མཐར་འབྱམས་པའི་དན་ཤིང་ཤིག་སེམས་  
ནང་ལ་ཉར་ཡང་མ་ཚྱུང་། འཆར་ཡན་འདི་དག་ནི་བརྟན་འཕྲིན་དང་སྒྲུ་གཞས་ལ་ཐུངས་དྲགས་པས་ཤེས་རབ་ཉི་མའི་  
འཆར་ཅན་གྱི་འཆོ་བའི་རྒྱུད་ན་སྤང་མེད་དུ་འཇུག་གིན་ཡོད། དགུན་གཞུང་ལོ་གསར་དང་ཉེ་སྐབས་དགོན་པའི་གུང་  
སང་ཡོད་པས་ཤེས་རབ་ཉི་མ་ཕྱི་ངོ་ཞིག་ལ་དིན་ཆེན་གྱི་ས་ལོ་དང་མ་ལོ་གཉིས་ཀྱི་སར་འགོ་བར་བརྩམས། ཤེས་རབ་  
ཉི་མའི་ཁྱིམ་ནི་དགོན་པ་དང་ལེ་དབར་ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱི་སར་ཡོད་པས་ནམ་རྒྱུན་མང་པོ་སླེབ་གྱི་མེད། དེ་ནི་ལམ་ཐག་དང་  
དགོན་པའི་སྤྱིག་གཞི་སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་པས་ཡིན་སྟེ། དགོང་མོ་དེར་ཁང་པ་ཀ་གཉིས་གདུང་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ས་མ་  
གཉིས་པོས་ཤེས་རབ་ཉི་མ་ཐོན་ཡོང་བ་སྤར་ནས་ཤེས་ཡོད་པ་འདྲ་རྟེ། གཡོ་ཚོལ་མེད་པའི་བཞིན་རས་ལ་རེ་བས་བསྐྱན་  
པའི་མིག་བྱང་གིས་ཐོག་མར་འཕྲད་པའི་རྣམ་འགྲུར་དང་། ཁོ་རང་དགའ་སའི་རྒྱབ་ཟས་ཆ་ཆང་གྲ་སྤྱིག་ཟིན་པ་འདིས་  
གུང་ཤེས་རྒྱས། ཤེས་རབ་ཉི་མ་ས་མ་དང་ཉེ་བར་གཅེར་བའི་དུས་ཆོད་མང་ཆེ་ཤོས་ཁ་པར་ཆེ་བ་དང་བརྟན་འཕྲིན་སྟོ་  
བ་སོགས་ལ་སྐྱེལ་གྱིན་ཡོད་ལ། སྐབས་རེ་ནང་མི་དང་ལྷན་དུ་ཐ་སྦད་ལ་གོ་རིམ་མེད་ཅིང་བརྟེན་གཞི་ལ་ངེས་པ་མེད་  
པའི་མ་བཙུག་རང་བྱུང་གི་ཆགས་སྤང་མཆོན་པའི་བསྟོན་སྦྱང་གྱི་ལབ་སྐྱེང་འགའ་ཅི་དགར་བྱེད་གྱི་ཡོད། རྒྱབ་མོ་ཁོ་

རང་གི་ཉལ་ས་ནང་ནས་འདང་རྒྱག་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་སངས་ཉིན་རྫོང་ཐོག་ལ་གཅིག་འགྲོ་དགོས་པས་ས་མའི་སྒོ་ལ་ཇི་  
ལྟར་འབབ་དགོས་པ་དང་སྒྲོར་མོ་ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་ཐོབ་ཡོང་བསམ་པ་དེའོ། ཁོ་རང་གི་ལོ་ཆོད་དང་བསྟན་ན་པ་མའི་  
འདོད་སྒོ་དང་བྱེད་ཅམ་བསྟན་དགོས་པ་རྒྱན་ལྷན་ཞིག་ཡིན་ལ། སྒྲོར་མོ་འདྲ་པ་མའི་ལག་ནས་ལེན་པ་ལས་ཡོང་སྒོ་གང་  
ཡང་མེད་པས་ཟེར་ཐབས་སྟབས་བདེ་ཞིག་རྟེན་དགོས་ཡོད།

ཞོགས་པ་སྔ་ཅམ་ལངས་ནས་ས་མ་དང་ལྷན་དུ་ཞོགས་རྫོང་འཕྱང་སྐབས་མདང་རྒྱབ་བསམས་བསམས་པའི་  
མཐའ་མ་ཐབས་ལམ་གཅིག་རང་རྟེན་པ་ནི། སྔོན་མ་ལྟར་གྲོན་ཆས་ཉོ་བར་རྫོང་ཐོག་ལ་གཅིག་འགྲོ་དགོས། ཞེས་ཉམས་  
སྒྲུང་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ལབ། དེ་ལ་སྒོ་བྱར་དུ་ཁ་མང་ཅན་གྱི་ཨ་མ་ཀན་མོ་དེས་ངལ་གསོ་ཆེ་འབྱམས་ནས་ཅི་བྱེད་དེ་  
ལས་ནང་མི་དང་ལྷན་དུ་སྦྱིད་པོ་བྱས་ནས་སྔོན་ཅམ་བདེན་མིན་ཆ་མ་འཆལ་བའི་ལན་ཞིག་བྱིན། ས་ཀན་ནི་ཅི་ཡང་མི་  
ཟེར་བར་སྔོན་སྔོན་བྱས་ནས་འདུག་གི་ཡོད། དེ་ཆེ་ཤེས་རབ་ཉི་མ་བྲེལ་འཆུབ་འདྲ་ལངས་ནས་ནང་མིས་ཁོ་ལ་སྒྲོར་མོ་  
ཅུང་སྟེར་བྱ་བ་ཡིན་ན་ཁོས་ས་མ་གཉིས་ལའང་འཁང་ར་བྱེད་པའི་འགོ་འབྱར་གྱི་ཡོད། དེ་ནས་ཨ་མ་ཀན་པོས་དཔུལ་  
ཁུག་སྒྱུ་མ་ཆོལ་གྱིས་བྱུབ་པའི་ནང་ནས་མི་དམངས་ཤོག་སྒྲོར་བདུན་བརྒྱ་བྲངས་ནས་ཤེས་རབ་ཉི་མ་ལ་གཏད་ཅིང་  
འདིས་འདྲང་ངམ་ཟེར། ཤེས་རབ་ཉི་མ་མོས་ལ་མ་མོས་པའི་ངང་འདྲང་ཟེར་བས། ས་ཀན་གྱིས་གྲོན་པ་མཐུག་པོ་དང་  
ཡག་པོ་འགའ་ཉོས་ལ་རྫོང་ཐོག་ལ་ཡུན་རིང་མི་སྔོན་བར་ཡར་ཡོང་དགོས་ཟེར། ཤེས་རབ་ཉི་མའི་ས་མ་གཉིས་པོ་ཤེས་  
རབ་ཉི་མའི་ཐོག་ལ་ཕངས་སེམས་གྱི་སེར་སྒྲ་ཞིག་གཏན་ནས་སྦྱེ་མ་ཐོང་ལ། ད་ལྟའང་སྦྱེ་བཞིན་མེད། འོན་ཀྱང་སྒྲོར་མོ་  
མང་པོ་ཞིག་བྱིན་ན་དགོན་པའི་སྦྱིག་ལམ། ལྷ་མ་དང་དགེ་སྒྲོས་གྱི་ཐུགས་དང་འགལ་བ་ཞིག་བྱེད་མི་ཡོང་ངམ་བསམས་  
ནས་ཆོད་འཛིན་བྱས་པ་ཅམ་ཞིག་ཡིན།

ཤེས་རབ་ཉི་མའི་ས་ཡུལ་ནས་རྫོང་ཐོག་ལ་ལེ་དབར་བརྒྱ་དང་ལྷ་བརྒྱ་ཅམ་ཡོད་ལ། དེ་སྔོན་ཤེས་རབ་ཉི་མ་  
རྫོང་ཐོག་ལ་ལན་གཅིག་ལས་འགྲོ་མ་ཐོང་བས་ཤེས་རབ་ཉི་མར་མཆོན་ན། ཐག་རིང་རྒྱས་མེད་གྱི་འཇིག་རྟེན་གསར་  
པར་བསྐྱེབས་པའི་ཆོར་སྒྲུང་ཞིག་སྦྱིས་ཡོད། ད་སྐབས་རྫོང་ཐོག་ནས་ཉོ་འདོད་པ་ནི། ཁ་པར་གྱི་གཞས་བྱང་ཞིག་དང་།  
དེང་དུས་སྒྱ་བ་ཁ་ཤས་གྱིས་བྲངས་བའི་ཟེར་སྒྲེར་ཆེད་བསྒྲིགས་ཁ་ཤས། དེ་བཞིན་གྲུ་ཁང་ནང་ལ་ཉེར་མཁོའི་ཅ་ལག་ཁ་  
ཤས། ད་དུང་སྔོན་གཡོགས་བྱི་ཤ་སྒྲུག་པོ་ཅན་ཞིག་དང་། ཤམ་ཐབས་དམར་སངས་ལྟོ་ལ་འཆམ་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཉོས། རྫོང་བར་  
ནས་ཆོང་ཁང་གི་སྒང་མདོ་ཉལ་གྱིན་དུས་སྐབས་ཤིག་མཐོ་སྒང་གི་དཔེ་མཛོད་ཁང་། ཞེས་པའི་སྒོ་བྱང་ཅན་གྱི་དཔེ་  
ཆོང་ཁང་ཞིག་གི་སྒོ་རྩེ་སྒྲིབ། དེར་ཁོ་རང་གིས་དཔེ་དཔེ་ཉོ་དགོས་པའི་བསམ་པ་མེད་རུང་སྦྱིར་བཏང་ལྟ་མོ་ཅམ་  
གྱི་སྦྱིར་དེར་བསྒྲོད་ཅམ་བྱས་པས་ཀྱང་ལོགས་བྱེད་གསུམ་ཡོད་ཆོད་དཔེ་དཔེ་གྱི་བཀང་ཡོད་རུང་། ཤེས་རབ་ཉི་མས་  
ངོ་ཤེས་པའི་དཔེ་དཔེ་ཅིག་ཀྱང་མེད་པའི་ཆོད་ཡིན། མཐུག་མཐར་བྱས་སྦྱང་དགའ་བའི་རྩེད་འཛོལ་ཞེས་པའི་དཔེ་ཞིག་  
ལག་ཏུ་བྲངས་ནས་ལྷ་ཅམ་བྱས་པས་རྒྱང་དུས་བྱིས་པ་ཆོ་གཉིད་ཟེན་བྱེད་ལ་ས་མ་ཆོས་བཤད་པའི་རྒྱང་གཏམ་སྟེ། ཐོས་  
ཐོང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་མཆར་པོ་རེ་བྲིས་ཡོད་པར་མཐོང་བ་དང་། རིན་གོང་ཡང་སྟབས་བདེ་བས་ཞོར་དུ་ཉོས་



ནས་སོང་། དེས་ཤེས་རབ་ཉི་མའི་མི་ཆེ་ལ་ཁ་ཕྱོགས་ཀྱི་ས་བོན་གསར་པ་ཞིག་འདེབས་པ་སྲུང་ཁྱད་ཡིད་ལ་འཆར་མི་  
 སྲིད་པ་རེད། ལོ་གསར་གྱི་སྐབས་སུ་ཉི་མ་རེ་བྱུང་གི་ཡུན་ལ་ཟ་ཆེ་བས་སྟོ་བ་འགྲངས་དྲག་པའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཞིག་ཡོད་  
 བ་མ་གཏོགས། གཞན་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཆོར་བ་སུན་པོ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ནང་མི་པ་མ་མིང་སྲིང་དང་གཉེན་ཉེ་ཆོ་དང་  
 ལྷན་དུ་ཤེས་རབ་ཉི་མའང་ལོ་གསར་གྱི་སྟོ་སྒྱིད་ཅི་དགར་རོལ། ལོ་གསར་རྗེས་ཞག་མ་བཅུ་ཁ་ཞིག་གི་མཆོམས་ནས་  
 སྟོབ་ཆན་ནས་དཔེ་བྲིད་ཡར་འཆོགས་དགོས་ཡོད་པས། ད་ལྟའི་ཤེས་རབ་ཉི་མའི་ངལ་གསོའི་དུས་ཆོད་ནི་རིན་ཐང་  
 ཅན་གྱི་དུས་ཆོད་མཆན་ཉིད་པ་ཞིག་ལ་གྲུབ་ནས་ཡོད་ལ། ཉི་མ་དེ་དག་གོ་རིམ་ལྡན་པ་དང་རྒྱ་ཆོད་དེ་དག་འཆར་གཞི་  
 ལྡན་པའི་སྟོ་ནས་བཀོལ་བྱེད་པར། ཐ་མའི་ཉི་མ་དེ་ལའང་པངས་སེམས་དང་བཅས་ཡིད་ཆིམ་ལ་མ་ཆིམ་པའི་ངང་། ད་  
 དུང་ངལ་གསོ་བྱུང་ཅམ་ཡོད་ན་ཅི་མ་རུང་སྟམ་གྱིན། ཡར་རྒྱག་པར་མོས་ལ་མ་མོས་པའི་སྟོ་ནས་དགོང་མོ་དེར་དགོན་  
 བ་ལ་ཡར་སླེབས་ཡོང་བ་རེད།

༡༽ དགོན་པ་ནང་གི་ཡོད་ཆད་སྒར་བཞིན་སྟོད་ཤིག་གེར་ཡོད་ལ། ཟུ་ཕེབས་འོག་གི་དིལ་བུའི་གཡེར་ཁ་  
 དེ་ནི། སུ་ཞིག་ལ་མི་རྟག་པའི་བསྐྱལ་མ་གཏོང་བའི་ཚུལ་གྱིས་སེལ་སེལ་དུ་གྲགས་བཞིན་ཡོད། ཤེས་རབ་ཉི་མ་ལའང་  
 འདས་སོང་གི་ལོ་རྒྱུད་དེ་དག་ལ་ཐོས་ཚུང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་དིལ་བུའི་སྒྲུག་གདངས་དེས་རང་དབང་མེད་པར་བྱི་འདང་གི་  
 བསམ་གཞིག་རེ་བྱེད་བརྒྱག་གིན་ཡོད། དགོན་ནང་ལ་ཡར་འདུས་ནས་ཉིན་ཤས་རྗེས་ཤེས་རབ་ཉི་མས་རྫོང་ཐོག་ནས་  
 ཉོས་པའི་ཅ་དངོས་ཀྱི་བར་ནས་སྒྲུང་དེབ་དེ་མཐོང་བས། ཉིན་མོ་དེའི་རྩོ་བར་གྱི་སྐབས། མལ་ས་ནང་དུ་ངལ་གསོ་ཞོར་  
 ལྷ་ཅམ་བྱས་པས་ཆེས་ཡིད་གར་འོང་བའི་སྒྲུང་གཏམ་མཆར་བོ་རེ་སྟོག་གིན་སྟོག་གིན་དཔེ་དཔེ་ལག་ཏུ་ཐོགས་པའི་མི་  
 ཞིག་ལ་འཇུར་བའི་མགོ་བརྒྱམས། ཉིན་མོ་དེར་ཤེས་རབ་ཉི་མས་དུས་ཆོད་བྱེད་གཉིས་ཅམ་ལ་དཔེ་སྟོག་འབའ་ཞིག་  
 བྱས་པས་ཁོ་རང་གི་མི་ཆའི་ནང་ལ་རང་བསམ་གྱི་དཔེ་སྟོག་བྱེད་པའི་དུས་ཆོད་རིང་ཤོས་དེ་ཡིན་ངས།

ད་ནི་ནམ་ཐོ་དགུན་གསུམ་ཡོལ་ནས་དབྱིད་ཆོ་འབྲིང་པོར་སླེབས་ཡོད་ཀྱང་མཐོ་སྒང་གི་གང་ངར་དེ་ཅམ་  
 ཆག་སྐབ་མེད་པས། ཤེས་རབ་ཉི་མས་ཀྱང་སྒྲུང་ལ་ཨ་མས་བལ་ལ་བཅེམས་པའི་སྒྲུང་ཤམ་མཐུག་པོ་དེ་དང་བྱི་ལ་རྫོང་  
 ཐོག་ནས་ཉོས་པའི་ཤམ་ཐབས་དམར་སང་དེ་གྲོན་ཞིང་། རྟོད་ལ་རྟོད་གཡོགས་སྒྲུག་པོ་ཕུ་ལྷེ་སྒྲུམ་ཞག་གིས་བྱུང་གོས་  
 པ་གྱོན་ནས། ཉིན་ཞིག་གི་བྱི་རོ་ནམ་རྒྱན་ལྷར་དགོང་འཆོགས་འཆོགས་སར་ཐོག་མ་སྒྲུག་པོ་དེ་བྱི་གདེང་བྱས་ཤིང་ང་  
 ཐོར་ཁམ་ནག་དེ་ལག་གཡོན་གྱིས་བཟུང་། ལག་པ་གཡས་པའི་ནང་གི་སྒྲུང་དེབ་སེར་པོ་དེ་ལ་ལྷ་བཞིན་དུང་བརྟེན་དང་  
 འགྲོགས་ནས་ལྷ་ཁང་གི་སྐྱས་ལ་ག་ལེར་འཛོག་གིན་ཡོད།

ཉིན་མོ་འདི་དག་ཏུ་ཤེས་རབ་ཉི་མས་ནང་འཆོགས་དང་དགོང་འཆོགས་སྐབས། ཟུར་དེབ་ཞིག་བྱིར་ནས་འགྲོ་  
 བཞིན་ཡོད་པས། ཆོས་བྲིམས་པ་དང་། རོ་དམ་པས་ཅི་ཞིག་ཟེར་ཨེ་ཡོང་བསམ་ནས་སྟོ་དོགས་རེ་སྟེ་བཞིན་ཡོད། རོན་  
 དངོས་སུ་ཤེས་རབ་ཉི་མས་ནང་དགོང་གི་འཆོགས་པ་དག་ལ་དེ་སྟོན་ཡིན་ན་ཆོག་རྗེས་དོན་དྲན་མི་དགོས། ཁ་གཡེང་  
 མིག་གཡེང་མེད་པར་མགོ་མཐུག་ཆང་བར་འདོན་པའང་ཉུང་ཉུང་ཡིན་ལ། ནམ་རྒྱུན་ཀྱི་རེ་དང་སྟོང་བསམ་གྱིས་འཕྲད་

ཐབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལ་སྒྲིམ་ན་ཤེས་རབ་ཉི་མས་དཔེ་སྟོན་བྱེད་པ་དེ་འོས་ཤིང་འཆམ་པ་ཡིན་ཀྱང་སྐབས་བབ་ཀྱི་  
ལས་ཀར་འགན་ཁུར་མེད་པར་སོང་བའི་སྐབས་ཀྱིས་དགེ་སྒྲིམ་དང་བན་ཆན་ཆོས་ཤེས་རབ་ཉི་མའི་གཤམ་གྱི་དཔེ་སྟོན་  
ལ་དེ་ཙམ་དགའ་མོས་བྱེད་ཀྱིན་མེད།

ཤེས་རབ་ཉི་མས་སྒྱུར་སྒྱུར་འཆོགས་ཆར་ནས་མཆེད་གྲོགས་འགའ་དང་ལྷན་དུ་གཡུ་ཡི་མེ་ལོང་འདྲ་བའི་  
དབྱར་ཟླ་དང་པོའི་རྗེ་ཐང་གི་མེ་ཉྱལ་ལ་རོལ་ནས་ཅེད་མོའི་ལབ་སྒྲིང་རེ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་སྐབས། སྒྲོ་ཁུག་ནང་གི་ཁ་  
པར་གྱི་སྒྱུ་དེ་འདར་འགྲུལ་དང་ལྷན་དུ་གྲགས་བྱུང་བས། དེ་ནི་ཆེས་བགྲམ་མི་ཤེས་པའི་གཏམ་ངན་ཞིག་ཡིན་པ་ཁོ་རང་  
གི་ཤེས་མི་སྲིད་ཀྱང་། ཆོར་སྤང་ཕྱི་མོ་ཞིག་བྱུང་ནས་ལྷ་ཙམ་བྱས་པས་དྲིན་ཆེན་གྱི་ཨ་པ་ཆས་པོ་རེད་ཡོད། དེ་ནས་ཁོ་  
རང་ཟུར་ལ་གཟུར་ཞོར་«མེ» ཞེས་བྱང་ཆ་ལྷན་པའི་ངང་ལན་སྟེར་དུས། པ་ཆན་གྱིས་ནམ་རྒྱུན་དང་མ་འདྲ་བར་ཆེས་  
ཉམ་ཆུང་ལ་བྱ་ངག་དང་བཅས་«བྱ་ ད་ལས་ཡག་པོ་རེད་མ་སོང་»ཟེར་བས་ཤེས་རབ་ཉི་མ་དང་ངས་སྒྲག་དང་བཅས་  
«ཨ་པ་ཅི་རེད་སོང་»ཟེར་དུས་«བསོད་ནམ་མགོན་པོ་གོང་ས་སོང་འདུག་»ཟེར། གནམ་ས་སྒྲ་འོག་འཇུར་བ་ལྟར་བྱའི་  
ཆོག་དེས་ཤེས་རབ་ཉི་མ་ཡུད་ཙམ་ལ་ཅི་ཟེར་མེད་པར་བྲན་མེད་དུ་ཉད་གྱི་ལུས་ཤིང་། དེ་ནས་«ཅི་འདྲ་བྱས་ནས་མེད་  
པར་ཇུར་སོང་བ་རེད་»ཅེས་སྐད་གདངས་འཇུར་བ་དང་བཅས་པའི་སྒོ་ནས་དྲིས་པས། པ་ཆན་གྱིས་བྱ་ངག་གི་ལམ་  
ནས་ཞིབ་པར་བཤད་པའོ།

དེ་འདྲ་བསོད་ནམས་མགོན་པོ་ནི་ཤེས་རབ་ཉི་མ་ལས་ལོ་བརྒྱད་ཆེ་བའི་ཁོའི་སྤྱོད་པོ་ཡིན་ལ། ཤེས་རབ་ཉི་མ་  
བྱིས་དུས་སུ་སྒྲོར་སྒྲོར་བྱེད་མཁན་དང་། གཞོན་དུས་སུ་ཤེས་རབ་ཉི་མས་ན་མཉམ་གཞན་དང་འཛིང་རེས་བྱེད་དུས་  
གཞན་གྱིས་བརྟན་བཅོས་ཁུར་མི་འདུག་པར་ཤེས་རབ་ཉི་མའི་སྟེང་ལ་ཤིན་ཏུ་གཅེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ལྷག་  
ཏུ་ཤེས་རབ་ཉི་མ་གྲུ་པ་བྱས་ནས་བཟུང་ཁོ་ལ་འཆོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཐད་ནས་དམིགས་གསལ་གྱི་རྟོགས་སྒྱུར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།  
དེ་ཕྱིར་བསོད་ནམས་མགོན་པོ་ནི་ཤེས་རབ་ཉི་མ་ལ་ཤིན་ཏུ་དྲིན་ཆེ་བའི་སྤྱོད་པོ་ཞིག་ཡིན་པས་ཤེས་རབ་ཉི་མ་འང་མིང་  
སྲིང་གཞན་ཆོ་ལས་བསོད་ནམས་མགོན་པོ་ལ་བརྟེན་འདྲང་ཟབ་པར་ཡོད། གང་ལྟར་བསོད་ནམས་མགོན་པོ་དེ་ལོའི་  
དབྱར་རྗེ་དགུན་འབྲུ་བཞོས་བྱུང་ནས་རྫོང་ཐོག་ལ་སྒྲོ་སྒྲོ་བྱེད་པར་གསར་བྱ་འགའ་དང་ལྷན་དུ་འཕུལ་ན་རེ་ཞོན་ནས་  
སོང་ཞིང་། ཉིན་འགའ་སྔད་རྗེས་དེ་རིང་རྒྱུར་ཡོང་བའི་ལམ་བར་གྱི་རི་གདོང་ཞིག་ནས་ཐོང་སྒྲིལ་སྒྲངས་འཁོར་དང་  
འགྲིམ་འགྲུལ་དོན་རྒྱུན་བྱུང་སྟེ་མགོ་ལུས་ཡོངས་རྫོགས་སྤྲིང་དབྱགས་ཆད་ལ་ཁ་བྱས་པ་དང་། དེ་ནས་རྫོང་ཐོག་གི་  
སྒྲན་ཁང་ལ་ཁུར་བྱུང་། གཅིག་ནས་དབྱེད་གསལ་པ་དང་། གཉིས་ནས་སྒྲན་ཁང་གི་ཆ་རྒྱུན་ཞན་པས་སྒྲོབ་མ་ཐུབ་པར་  
གོངས་པ་ཡིན་འདུག དེ་ནས་ཤེས་རབ་ཉི་མ་མཁྱོགས་ཐུར་དུ་དགེ་སྒྲིམ་ལ་དགོངས་པ་ཁྱེད་འདྲང་བརྗེད་ནས་རྫོང་ཐོག་ལ་  
མར་སོང་ཞིང་། ལམ་བར་ནས་སྤང་པོ་ཡར་བྱེར་བའི་སྒྲངས་འཁོར་དང་འཕྲད་པས་ཤེས་རབ་ཉི་མས་འདས་པོའི་གདོང་  
ལ་ལྷ་ཙམ་བྱེད་དུས་མགོ་ནས་ཁྱག་བཞུར་བའི་ཁྱག་རྗེས་ངོ་གདོང་ལ་གཅིག་ལ་བྱུང་བེན་ཡོད་པ་ལས་གཞན་བཞིན་  
མདངས་སོགས་ལ་འཇུར་བ་གང་ཡང་མ་སོང་བར་གསོན་པོའི་གནས་སྐབས་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་ཡོད། མི་འདྲ་ས་གཅིག་

རང་ཡོད་པ་ནི་བ་སྤྱུ་རྒྱུ་གཅིག་ཙམ་ཡང་འགྲུལ་དུ་མེད་པ་དེ་ཡིན་པ་རེད།

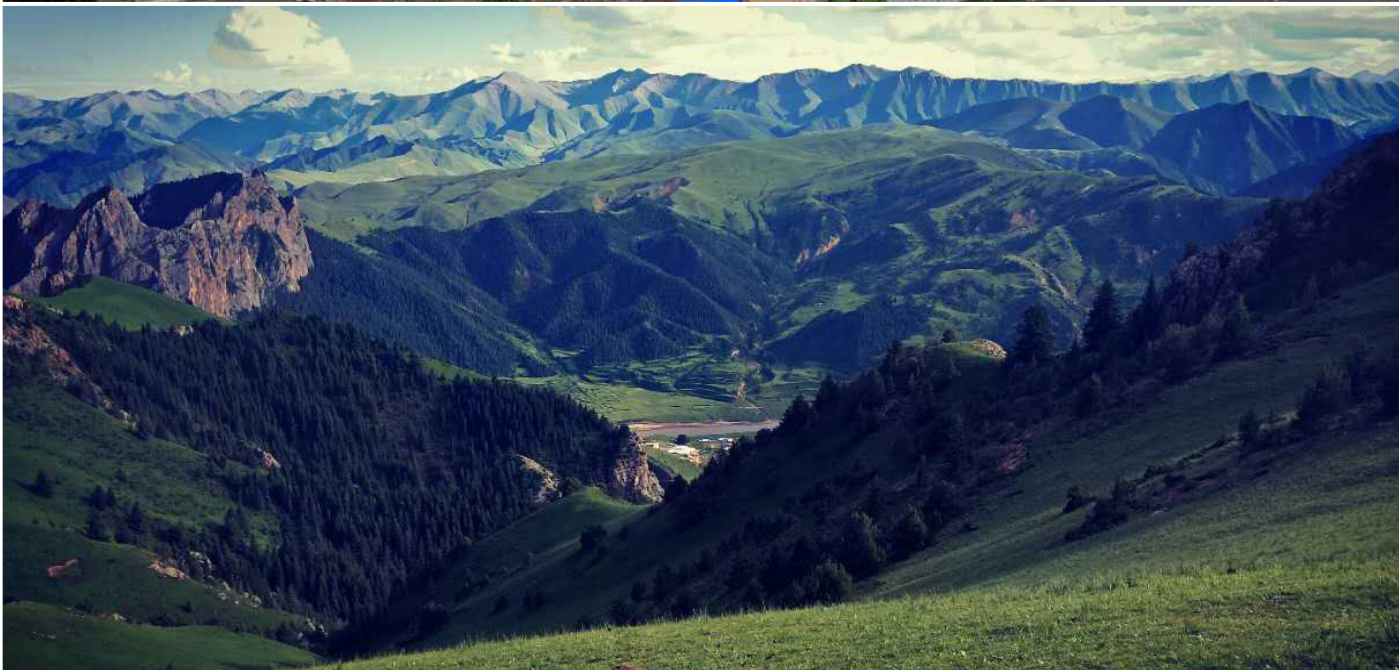
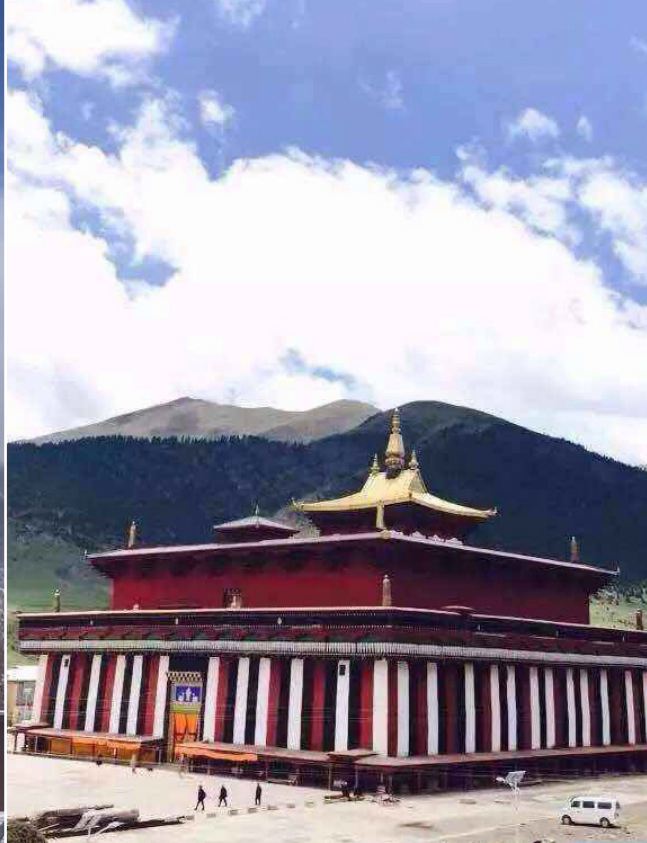
དེ་ཕྱིར་ཤེས་རབ་ཉི་མ་དེ་རིང་གི་བྱུང་བའི་མཐོང་ཐོས་ལ་གཏན་ནས་ཡིད་མ་ཆེས་པའི་ཆོད་ཡིན་ལ། ཐ་ན་ད་ལྟའི་ཁྱེད་ལ་འདི་མི་ལམ་ཡིན་ནམ། སང་པའི་སྤྲུང་བ་ཡིན་ཟུ་ཚུགས་ཆེན་པོས་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ནས་བརྟག་དཔྱད་གཏོང་བཞིན་ཡོད། འོན་ཏེ་དམ་དུ་ཁོས་ངེ་ལྟར་བརྟག་རུང་འདི་ཉིད་ཉིན་སྤྲུང་མིན་པའི་དཔང་རྟགས་མ་རྟོག་པ་རེད། སྤང་པོ་བྱིས་ལ་འཁྱོར་སྐབས་དུས་ཆོད་བཅུ་གཅིག་གི་བྱེད་ཙམ་ཟིན་ཡོད། འདས་པོའི་ལུས་སྤྲེང་གི་ཁྱོན་པ་རིམ་བཞིན་སྤང་དུས་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་ཁོག་ནས་ད་དུང་ལུས་རྫོང་མ་ཡལ་བར་བསྐྱད་ཡོད་ལ། སྐབས་དེ་དག་ཏུ་ཤེས་རབ་ཉི་མས་མིག་གི་བརྟན་ནས་འདུག་པ་ལས་སྤྱུག་ཆེ་ནས་དུ་རྒྱ་མེད་པ་མ་ཟད་མིག་རྒྱུང་སྐྱམ་སོང་བ་འདྲ། འོ་ལྷ་པོ་ཉོན་ལྷ་ལའི་ཆེས་གསུམ་ཡིན་པས་ཆེས་གསུམ་གྱི་སྒྲ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱང་ཤར་རིའི་ཆེ་ནས་རུང་ཙམ་མཁའ་ལ་འཕགས་ནས་སུ་ཞིག་ལ་སྐྱོ་གྲོགས་བྱེད་པའི་ཉམས་ཀྱིས་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་སྒྲ་འོད་དེ་ཤེས་རབ་ཉི་མའི་ལུས་སྤྲེང་ལ་ཕྱག་སྐྱབས། ལྷག་ཏུ་སྐྱོ་སྤྲང་སྐྱོན་མ་ཞིག་ཏུ་ཀྱུར་ནས་རུས་རྒྱུ་ལ་ཐིམ་པའི་མིག་རྒྱུ་ཟེའི་ཟིལ་བ་རེ་རྣོལ་གྱིན་ཡོད།

མཚན་མོ་དེ་རྒྱུན་ལྡན་གྱི་མཚན་མོ་ཞིག་མིན་པར་བྱིས་མཆོས་སང་གི་སྒོ་བྱིའི་ལུག་སྐྱད་གཉོམ་པོ་ཞིག་གི་སྤྱི་ལས་ཡོད་ཆོད་སྤྲེང་འཇགས་ཀྱི་རང་བཞིན་འཇམ་ཐིང་རེར་ཡིན་ལ། དེ་ཆེ་ཤེས་རབ་ཉི་མས་སུ་པོའི་སྤང་པོའི་འགྲམ་ནས་སྤྲུང་བ་ཐམས་ཅད་འཇིགས་སྐྱག་གིས་ཁེངས་བའི་བར་དོའི་འཕྲང་ལམ་རིང་མོ་སྟེ་རྒྱས་མེད་ཀྱི་འགག་སྒོ་དེར། ལས་ཀྱི་རྒྱུང་དམར་དགས་པོས་རྒྱབ་ནས་དེད། འཇིགས་པའི་སྤྲུང་པ་སྤྱུག་པོས་མདུན་ནས་བསུས་ནས། གནམ་ལོག་ན་ཆེས་སྤྲེང་ཉི་མའི་མི་ཞིག་ཁེར་རྒྱུང་དང་གཏན་དུ་ཁ་བྲལ་དུ་སོང་བའི་རྣམ་ཤེས་པ་མོའི་ལས་དབང་ལ་སེམས་གྱིན། ཁ་ཁོག་རུས་པའི་གཏིང་ནས་ལྷ་དང་སྒྲ་མར་གསོལ་འདེབས་ཞུ་བཞིན་ཡོད། འདི་ནི་ཤེས་རབ་ཉི་མ་སྐྱེས་ནས་བཟུང་ཁ་ཞེ་མཚུངས་པའི་གསོལ་འདེབས་དང་པོ་དེ་ཡིན་པར་ངས་པ་རེད།

ཤེས་རབ་ཉི་མའི་བྱིས་མི་ཆང་མ་དུ་ཅོ་དེར་རེ་དོ་ལྷ་པོ་ཁོང་ཆང་དུ་འབོད་ཀྱི་ཡུལ་དང་གཉིས་སུ་མེད། མི་དུ་མཁན་གཅིག་ཡོད་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཉི་མའི་རུ་བོ་རྒྱུང་ཤོས་ཏེ། ལོ་ན་བཞི་ལས་མ་སོན་པའི་བྱ་རྒྱུང་དོན་འབྲུབ་རེད། ཤེས་རབ་ཉི་མ་བྱིས་ལ་བསྐྱབས་པས་དགའ་སྤྲང་སྐྱེ་བཞིན་ཡོད། ཤེས་རབ་ཉི་མ་ལོ་ན་རྒྱུང་རུང་ཀྱུན་ལ་སེམས་གསོ་བྱེད་མཁན་ཁོ་རང་བབས་ཡོད་པས། ས་མ་མིང་སྲིང་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱིད་སྤྱུག་ཅི་བྱུང་ལས་ཀྱི་སྒྲོས་ཐང་ཡིན་ཚུལ་དང་། འདས་པོར་མཁོ་བ་དགེ་རྩ་ཡིན་པ་ལས་མིག་རྒྱུ་མིན་ཚུལ་སོགས་སེམས་གསོ་བྱེད་ཀྱི་སྤྲེང་གཏམ་རེ་བཤད་ནས་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ཁ་སྐྱབས། ཕྱི་ཉིན་ཞོགས་པ་སྤྱི་ཙམ་ཤེས་རབ་ཉི་མ་ཡར་ལང་ནས་ཐབ་ཆང་ནང་ལ་འགྲོ་དུས་ཨ་ཕ་རྒྱན་པོ་དེ་བྱིས་སྤྱུགས་ན་དབྱགས་རིང་གི་དངན་པ་ཤོར་གྱིན་བསྐྱད་ཡོད་ལ། བམ་རྒྱན་སེམས་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཆེ་བའི་ཨ་ཕ་རྒྱན་མོ་དེའང་ཐབ་འགྲམ་ན་མིག་རྒྱ་སྐྱོག་ཏུ་གཏོང་གིན་བསྐྱད་ཡོད། ཤེས་རབ་ཉི་མའང་མདང་རུབ་ཉལ་སའི་ནང་ནས་དེ་རིང་གི་བྱུང་བ་དེ་དོན་དངོས་ཡིན་མིན་བསམ་གཞིག་བྱེད་པ་ལས་གཉིད་ཐིངས་གཅིག་ཀྱང་མ་ཟིན་ལ། ཁོ་དང་འདྲ་བར་བྱིས་མི་གཞན་ཆོའང་མདང་རུབ་གཉིད་ཐིངས་གཅིག་ཀྱང་ཟིན་མེད་པར་ངས་པ་རེད།

མདུ་ཐམས་དབྱི་ཤོད་ཤི་ཤ་ཆེད་མཆུ་སྒྲོལ་ས།









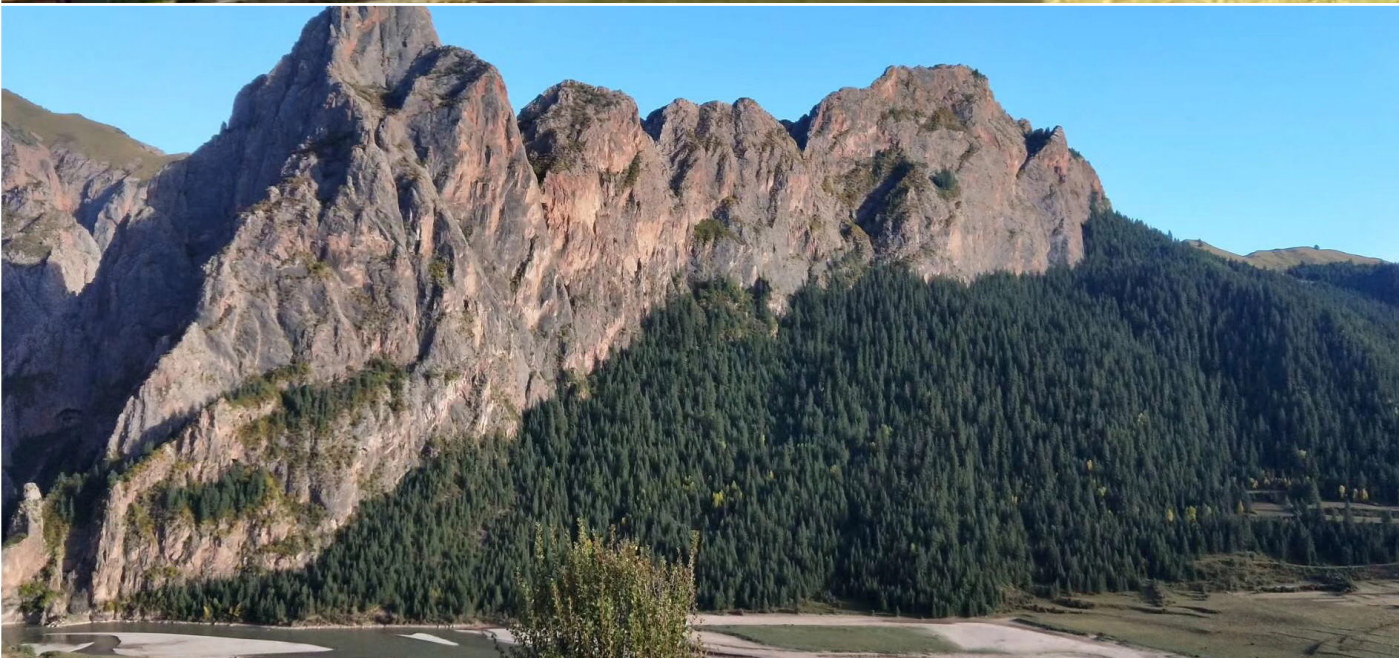




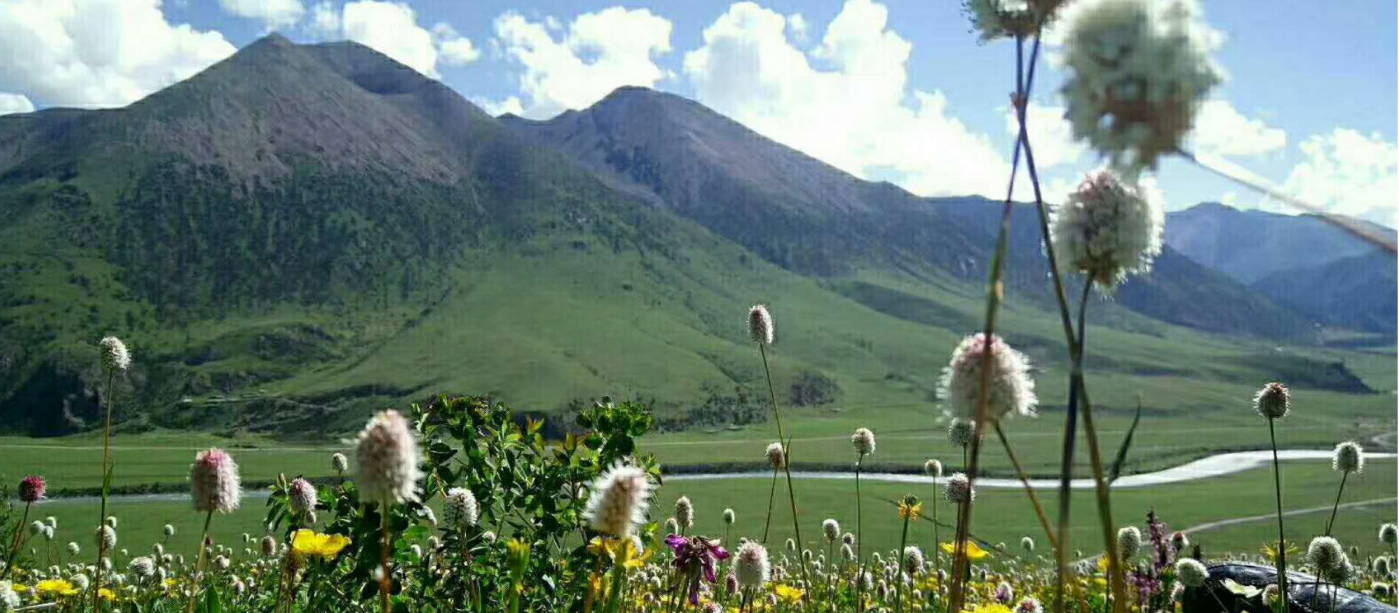












## གནས་ཆེན་རྩོམ་གཞི་རྒྱལ་གྱི་རྩོད་པོ།

ཚུལ་ལྟོག་པ།

མཐོ་ཞིང་བརྗེད་ཆགས་པའི་གངས་ཀྱི་ལྷན་པོ་འདི་ནི་མདོ་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ། དངུལ་ལྷན་ཟུང་མ་སྐར་གི་ཆར། དེ་བོ་ཆེ་རྒྱུ་།  
འབྲོང་པ་རྩོམ་ལྟོད། སྤྱི་རྒྱུ་དང་གཞི་གཞུང་གཉིས་ཀྱི་ལུང་པའི་སྤྱི་ལུང་འཛིན་བར་ལྷན་བརྗེད་ཆགས་སུ་བཞུགས་  
ཤིང་། ཁོ་བོའི་སྤྱི་ལྷན་ལྷན་པོ་ལ་ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་ཕྱག་རྟེན་དང་སྐོར་རྟེན་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྤྱི་བ་པ་སྤྱི་  
སའི་གནས་དེ་ཡང་ཡིན། སྤྱི་གནས་འདི་ཡི་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་ཆེ་བ་ཆ་ཆང་ཞིག་བརྗེད་དགོས་ན། གུས་པ་སྤྱི་  
སྤྱི་གི་ཤེས་ཡོན་ཏེ་ཅང་དངུལ་ཞིང་། གནས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དང་ཆ་རྒྱུན་མ་བྱུང་པའི་  
ཁར་ཆུ་རབས་རྒྱུས་ཀྱི་ངག་རྒྱུན་སོགས་ལ་ཞིབ་འདི་ཅམ་ཡང་བྱེད་མ་ཤེས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཤེས། གལ་སྤྱི་ལྷན་  
ཤེས་མཁན་གཅིག་ཡིན་ཆེ་འབྲུལ་གྱི་པར་ཆུང་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་འདི་ལྟར་རྒྱ་པར་ཞོག མཐུན་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཞིག་མེད་ན་  
ཡིག་ཐོག་ཅམ་མི་དགོས་ངག་ཐོག་ནས་སྤྱི་ན་ཡང་ཉིན་ཤས་ལ་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཅན་ཞིག་གོ་འདིར་གུས་  
པས་ས་བཅད་མ་སྤོང་ཅམ་ཞིག་གི་ཚུལ་དུ་གོ་ཐོས་ཏུང་ཏུང་འགའ་ཞུས་ན། བོད་གངས་ཅན་སྤོངས་སུ་གནས་དེ་སྤྱི་  
གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏེན་སྤྱི་ན་ལས་ལྷའམ་གནས་ཆེན་ཉེར་ལྷ་སོགས་ཡོད་པའི་ནང་ཆར། རྩོམ་གཞི་རྒྱལ་ནི་ཡོན་ཏེན་གྱི་  
གནས་མཆོག་ཡིན་ལ་སྤོང་དཔོན་པ་རྒྱ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་སྤྱི་ལྷན་དམ་པའི་སྤྱི་ཆེན་ཁམས་  
པ་ཀུན་དགའ་བསྟན་འཛིན་དང་རྒྱལ་དབང་བདེ་ཆེན་རྩོད་ཆེ། ཆགས་མེད་རྒྱ་གཞུང་སྤྱི་སོགས་དམ་པའི་སྤྱི་ཆེན་དུ་མས་  
གནས་ཆེན་དུ་རོས་འཛིན་མཛད་ཅིང་། གནས་སྤོང་བྱེད་དགོས་འདུག་དགོངས་ན་ཡང་དུས་ལ་མ་བབས་ནས་དེ་ཞིག་ལྷག་  
བྱིས་དུས་པ་རྒྱུའི་ཕོ་ཉ་གཏེར་ཆེན་ཅ་གསུམ་སྤྱི་པའམ་པ་རྒྱ་གཏེར་བདག་སྤྱི་པ་ཞེས་པ་རྒྱ་བཀའ་ཐང་སོགས་ཀྱི་ནང་  
དུ་ལུང་གི་ཟེན་པའི་གཞུངས་ཆེན་སངས་རྒྱུས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱུལ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རབ་བྱུང་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ས་མག་ལོར་  
ཟབ་གཏེར་ཡེ་ཤེས་མཁའ་འགྲོ་སངས་ཀྱི་དོང་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་བདུད་འདུལ་བྲག་མོ་དང་ཞིང་སྤོང་ལུང་དཔར་དམག་བསྐྱོག་  
སོགས་གཏེར་ནས་བཞེས། གནས་བདག་རྩོད་ཆེ་མཆེད་གསུམ་གྱིས་གནས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ནང་དུ་གདན་དྲངས་ཤིང་སྤྱི་མོ་  
ལྷ་ལྷུང་སྤོང་མ་འབྲུལ་གཙོས་ལྷ་མའི་འདོད་ཡོན་དཔག་མེད་དབང་ཡོན་དུ་སྤྱུལ་ཞིང་དབང་ལུང་མན་ངག་བཀའ་  
གཏད་སོགས་མང་པོ་བསྤྱུལ་ཞིང་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར།

དེ་ནས་གནས་མཆོག་གཞི་རྒྱལ་རྩོམ་པ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གནས་སྤོང་ཤིང་ལྷ་མི་ཀུན་དང་པའི་



གནས་སུ་བཀོད་པ་སོགས་རྒྱལ་པ་རྣམས་ཐར་སོགས་སུ་གཟིགས། འདིར་གནས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་བསྐྱོར་བའི་ཕན་ཡོན་མདོར་བསྟུས་སུ་བཀོད་པ་ལ།

དེ་ཡང་གཏེར་ཆེན་ཆ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་མཆན་རྒྱུ་ཀ་ལ་རྩལ་གྱིས་གཏེར་ནས་བཞེས་པའི་ལམ་ཡིག་གསལ་སྟོན་སོགས་ལས་སྟོབ་དཔོན་པམ་འབྱུང་གནས་ཀྱི་གཏེར་ལུང་ལས། མ་བཀོད་ཞིང་ཁམས་རང་བྱུང་མཆོད་རྟེན་ལུང་འཇུག་རིག་འཛིན་གྲུབ་ཐོབ་བརྒྱུད་ཅུ་བཅུགས་ཀྱི་རིམ་མ་དང་མཁའ་འགྲོ་སྤྱོད་ལྟར་འཁྲིགས་ལུང་བར་བྱམས་བཀའ་བརྒྱུད་མ་ཟེར་ལྟར་འཁྲིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱུད་ལྟེ་རྣམས་བཞིའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོང་ལུང་ཉི་ཟླ་གསལ་སྟུགས་ལྟ་ཆོགས་ཁྲིམ་ལྟར་སྤྱངས་ཀྱི་ར་ལ་རྟོག་འཆང་སངས་རྒྱལ་སྟོང་ལུང་གདུགས་ལ་སྤྱང་སྤྱོད་ཁྲིམ་འཁོར་ཆོང་ལུང་ཞི་ཁྲིམ་འཁོར་གསལ་སྤྱང་དགུ་ཉ་བབས་བདེ་གཤེགས་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་རྫོགས་རྒྱལ་བུམ་པར་སྤྱང་མཐའ་བདེ་ཆེན་ཞིང་ཁམས་བཅུགས་ལུང་གེ་ལ་ཞིང་སྟོང་ལྟོ་མ་ལུས་ཆོང་ལུང་སྟོང་གི་བང་རིམ་མཁའ་འགྲོའི་ཕོ་བྲང་གསལ་ལུང་འོག་གི་བང་རིམ་དཔལ་མགོན་བདུན་ཅུ་ཆོང་ལུང་སེང་ཁྲི་ལོར་བདག་ཇམ་ལྟོ་མ་ལུས་ཆོང་ལུང་ལོགས་བཞེར་གདོང་ཅན་མཁའ་འགྲོ་བཀའ་བསྟན་སྟོང་ལུང་ཕྱོགས་བཞེར་རྒྱལ་ཆེན་ལྟེ་བཞི་སྟོན་སྤྱང་ཆུ་ལུང་མཆོམས་བཞེར་ལས་མཁན་ཕོ་ཉ་སྟོག་ལྟར་འབྱུག་ལུང་ཟུར་བཞེར་བམ་རྩ་སྟེ་བདུན་དུར་ཁྲིམ་ཆོང་ལུང་པད་འདབ་སྟུ་གཉེན་ས་བདག་མཆོད་བསྟོད་འབུལ་ལུང་དེ་ལྟར་མ་བསྟོམས་དཀྱིལ་འཁོར་རང་བྱུང་འདི་ལུང་ཞེས་དང་། སེམས་བསྟོད་དང་བསྟོན་བསྟོན་ལམ་སོགས་དགེ་ཆ་ཡང་དག་པར་འབྱུར་བའི་བསམ་པས་ཅིན་ཟེན་པའི་སྟོན་སྟུག་དང་བསྐྱོར་བ་སོགས་བཀྱིས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། ཤར་ཕྱོགས་སངས་རྒྱལ་སྟོང་སྟེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོང་ལུང་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་ན་གཟེ་རྒྱལ་ཙ་རི་སྟོར་ལུང་སྟོན་སྟུག་ལྟེ་སྟེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོང་ལུང་འཁོར་ཆོང་ལུང་ནད་ལས་ཐར་བར་འདོད་ན་གཟེ་རྒྱལ་ཙ་རི་སྟོར་ལུང་ལུབ་ན་ཆེ་དཔག་མེད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོང་ལུང་ཆེ་རིང་བར་འདོད་ན་གཟེ་རྒྱལ་ཙ་རི་སྟོར་ལུང་བྱང་ན་བྱམས་པ་སྟེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོང་ལུང་གཟུགས་ཁ་དོག་འཆར་བར་འདོད་ན་གཟེ་རྒྱལ་ཙ་རི་སྟོར་ལུང་ཤར་སྟོན་ཇམ་ལྟོ་སྟོང་ཕྱག་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོང་ལུང་ཡོངས་སྟོན་བསྟོན་ནམས་འདོད་ན་གཟེ་རྒྱལ་ཙ་རི་སྟོར་ལུང་སྟོན་ལུབ་རྩ་རྩ་ཕྱག་མེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོང་ལུང་ཅ་རྒྱུང་རྒྱལ་པར་འདོད་ན་གཟེ་རྒྱལ་ཙ་རི་སྟོར་ལུང་ལུབ་བྱང་མ་རྩ་དེ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོང་ལུང་དབང་སྤྱད་ཁྲིམ་འདོད་ན་གཟེ་རྒྱལ་ཙ་རི་སྟོར་ལུང་བྱང་ཤར་ཤན་པ་དམག་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆོང་ལུང་མཐུ་རྩལ་ཆེ་བར་འདོད་ན་གཟེ་རྒྱལ་ཙ་རི་སྟོར་ལུང་ཅེས་དང་།

གནས་གཞན་སྟེ་མ་དང་གང་ཟག་གིས་པར་ལ་བྱིན་བསྐྱབས་ཏེ་འདི་རུ་གནས་ཀྱིས་སྟེ་མ་དང་གང་ཟག་ལ་བྱིན་སྐྱབས་འབྱུག་ཀྱིས་སྟེ་མ་དང་གང་ཟག་རྣམས་ཞག་བརྒྱ་བསྐྱོར་བ་ལས་ཀྱིས་མཆོག་འདི་རུ་ཞག་བདུན་བསྐྱོར་བས་ཡོན་ཏན་ཆེ་ཅེས་དང་། མ་མཁའ་འགྲོ་སྤྱོད་ལྟར་འཁྲིགས་གནས་འདི་ལུང་མཁའ་སྟོན་ཞིང་དང་དགོངས་པ་མཉམ་ལུང་འདི་མཇལ་བས་ངན་སོང་སྟེ་སྟོན་ཆོད་ལུང་འདིར་བསྐྱོར་པ་རྣམས་ནི་ལྟ་ཅི་སྟོན་ལུང་ཅེས་སོགས་ཕན་ཡོན་དང་བྱིན་སྐྱབས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་གསུངས་པའི་གནས་ཆེན་ཞིག་གོ། །

## གསོལ་མཐུད་བཟླ་ཤིས་ལྟ་ལྟ།

ཙོ་མ་སྤྱི་ག་ལ།

བོད་མྱོངས་ཆབ་མདོ་རི་བོ་ཆེ་གཡས་ཅུ་ཕྱོགས་སུ། བདག་ཅུ་འགག་། རྩ་ཅུ་གམ་གཡས་ཅུ་ཕྱོག་རོང་ཆེན་པོའི་གདོད་མའི་ནགས་ཚལ་དང་ཆེས་མཐོ་བའི་གཡང་གཟར་གྱི་བྲག་རི། གེ་སར་རྒྱལ་པོས་ལམ་འབྲེ་བརྟལ་བའི་སྐབས་སུ་ལྷ་རྟ་རྒྱུ་བྱས་བཞག་པའི་ཞབས་རྒྱུ་དང་། དམ་ཅན་སྤྲུག་པ་ཅུ་མགར་ཆོས་དར་རྒྱལ་པོའི་མགར་ཐབ། གེ་སར་རྒྱལ་པོའི་དབྱ་ཚོག་གི་རྒྱུ་ལྟལ་དང་། འབྲུག་མའི་དབྱ་སྤྲུག་ལྟལ། འབྲུ་འབྲུར་སའི་འབྲུར་སྤོ་དང་འབྲུག་མའི་རྩམ་ཁལ་ལོག་ལྟལ། མོ་བྲང་ཇ་མཁར་རིང་མོ་དང་། ཡ་བེ་དཀར་མོ་བཅེགས་སྤོང་བེར་བ་ཆེས་མཐོ་བའི་བྲག་རི་གཉིས་ཡོད། བོན་གྱི་སྤོན་པ་གཤེན་རབ་གྱི་སྤྱབ་སྤྲུག་སྤོལ་མ་རང་བྱོན། ཀ་རྟའི་ཁྲས་རྒྱ་དང་སྤྲུ་མཚོ་ཡིན་བེར་བའི་ཆེས་དྲངས་ཤིང་གཙང་བའི་ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལྷན་གྱི་རྒྱ་མིག་ཀྱང་མང་པོ་ཡོད། གནས་ཆེན་ཀ་རྟ་རྩོུ་རྩོུ་ཤེལ་བྲག་ཀ་རྟ་རྩོུ་རྩོུ་ཤེལ་བྲག་ཅས་པ་འདི་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་མཚོད་རྟེན་བརྒྱུད་གྱི་ཆགས་ཚུལ་དང་། གཙོ་བོ་བདེ་མཚོག་ལྷ་དྲུག་ཅུ་ཙུ་གཉིས་གྱི་ཞིང་ཁམས་དང་། ཉེ་སྤྲས་བརྒྱུད་གྱི་ཞིང་ཁམས། འོག་མིན་ས་སྤྱོད་གྱི་ཞིང་ཁམས། གསང་ཆེན་ཉེ་ཅུ་ཀའི་གནས། རིགས་གསུམ་མགོན་པོའི་གནས། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་གྱི་ཐུགས་རྩེའི་རྩལ་ལས་ཤར་བའི་གནས་བདག་ལྷ་བཙན་ཆེ་བརྒྱུད་བཅས་ཡོད་དོ།

རབ་བྱུང་ལྔ་པའི་ནང་རྩེ་བཙན་སངས་རྒྱས་དཔོན་པོས་འཇམ་དཔལ་གཤེན་རྩེའི་གནས་ཡིན་གསུངས་ནས་ལོ་གསུམ་རིང་གཤེན་རྩེ་དབྱ་ནག་བསྐྱབས་པར་མཛད་ནས་བྱུ་རྟགས་སུ་ཡི་གེ་ ༡༧༡ རང་བྱོན་དུ་ཤར་བ་ད་ལྷ་ཡང་དངོས་སུ་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད། སྤྱབ་པ་མཛད་པའི་སྤྱབ་སྤྲུག་ཤིང་གི་བང་བའི་ཁང་པ་གཉིས་ད་ལྷ་ཡང་ཞིག་རྩལ་དུ་མ་སོང་བར་གནས་ཡོད། གནས་དེའི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བདག་ཙོ་བྲག་རི་ནི་རྒྱ་གར་ནས་ཆོས་འབབ་གྱི་རྒྱལ་དུ་འདིར་འཕུར་བ་རེད་ཅས་མ་ནི་བཞོ་སའི་རྩོུ་ཆམས་འདིའི་ནང་དུ་ཡོད། ཙོ་ལུང་སྤྲུག་ཏུ་རྩེ་བཙན་བེ་རོ་ཙན་སྤྱབ་སྤྲུག་སྤྱུ་རྒྱབ་རང་དོད་དུ་བཞུགས་པ་དེའི་མདུན་དུ་རྩོུ་ལི་བྱེའུ་མགོ་ཆེ་བ་ལ་ཁུ་རྩུར་ཙམ་དང་། རྒྱུང་བ་ལ་མཐེ་བོང་ཙམ་མང་པོ་ཡོད། དེ་ནི་ཆོས་བཟང་དང་དུས་བཟང་སྐབས་སུ་ཕར་འཕུར་དང་རྩུར་འཕུར་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་ཅས་ཤོད་སྤོལ་ཡོད་པ་རེད། གནས་འདིར་སྤོན་སྤོལ་དཔོན་པ་སྤྲུ་འབྱུང་གནས་དང་། ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ། རྩོུ་དཔོན་རྣམ་གསུམ། སྤྲུག་ལུང་གསེར་སྤེང་རིམ་བྱོན་སོགས་འདིར་ཐེབས་ནས་བྱུག་རྒྱུ་དང་། ཞབས་རྒྱུ་ཆོས་ཁྲི་སོགས་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད་གསུངས་འདུག གནས་རི་འདིའི་ཡན་ལག་ཏུ་ཤར་དུ་གནས་ཨ་ཁྱེ་འབྲོང་རྩོང་སྤོ་ཅུ་གནས་ཆོས་རྩོང་སྤོ་ཅུ་གནས་སྤོན་རྒྱུ་

ཆུ་ཁོལ་བྲག་རིང་། བྱང་དུ་གནས་ཕྱི་ཕུ་པར་ཡང་རྫོང་ས་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ཡོད། རི་འདིར་མིང་གཞན་ལ་གངས་ཅན་  
 རི་བོ་འཁེགས་བྱེད་ཅེས་ཐོན་ཤིང་དང་། སྐྱན་རྩ་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱི་ཕྱུག་པ་གཅན་གཟན་གསའ་དང་། གཟིག་རྟེན་མོང་། ཤ་བ།  
 དགོ་བ། སྤྱང་གི་གནའ་བ། བག་ཁྲོད། སྤྱ་བ། མ་མོ་དབྱི་སོགས་མང་པོས་ཁེངས་ཡོད། གསོལ་མཐུད་ལུང་པ་འདི་ལ་ཐོག་  
 མར་མིང་བདག་རུ་(རྟ་རུ)མ་ཟེར་བ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་རྗེ་བཙུན་སངས་རྒྱས་དཔོན་གནས་རི་ཀ་ན་ནང་སྐྱབ་པ་མཛད་  
 བས་བཞུགས་སྐབས་སུ་ཡུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་གསོལ་བ་མུ་མཐུད་དེ་སྐྱེལ་བ་སོགས་ཞབས་ཞུ་བསྐྱབས་པར་བརྟེན་རྗེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་ཞལ་འཇུག་པའི་སྐོ་ནས་ །གསོལ་མཐུད་བཟླ་ཤིས་ལྟ་ལུང་། ཞེས་མིང་བཏགས་འདུག ལུང་པ་འདིར་སྐོ་སྤྱང་  
 གེ་སར་རྒྱལ་པོ་དཔོན་གཡོག་རྣམས་གནས་འདིར་ཕེབས་ནས་སྐོ་གསེང་གི་རྒྱལ་དུ་བཞུགས་ཏེ་མདའ་འགྲན་མཛད་  
 བུལ་སོགས་ད་ལྟ་དངོས་སུ་མཇལ་རྒྱུ་ཡོད། ཡུལ་འདི་ནི་ཁ་དབུགས་གཙང་ཞིང་ཉམས་དགའ་བ། རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཡུག་  
 བཟང་བ་རང་བཞིན་མཛེས་ཤིང་ལྟ་ན་སྤྱུག་པ། མར་བབས་ཀྱི་རྒྱ་བོ་དྲངས་ཤིང་གཙང་བ་རི་སྐྱེས་ཅི་ཤིང་ནགས་ཚལ་  
 དང་། སྐྱན་སྤྱའི་རིགས་མེ་ཏོག་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཏེ་ཡིད་དབང་རབ་ཏུ་འཕྲོག་པའི་ལྟ་ཡུལ་ས་ལ་འཕོས་པ་ལྟ་བུའི་  
 ཞིང་ཁམས་བཞིན་ཡོད།

## CONTACT ADDRESS

RIWOCHÉ EDITORIAL COMMITTEE

PEMA AWAM CHOEGAR GYURMELING MONASTERY

P.O. BIR 176077, KANGRA DISTT, H.P INDIA

MOB: +918971118255/9113018085